

Gimnazjalny test matematyczno-przyrodniczy - STR. 18-19

głos Pomorza

www.glos-pomorza.pl

Dziennik Pomorza Środkowego

WYDANIE SŁUPSKIE

W SKRÓCIE

Tajemny układ
Prezydent zgodzi się, by premier pozostał na stanowisku do końca kadencji. W zamian SLD poprze Jolantę Kwaśniewską na najwyższy urząd w państwie

str. 2

DODATEK

Zdrowo

Gdy boli brzuch



Ból brzucha może oznaczać zwykłą niestrawność lub groźną chorobę. Jak odróżnić jedno od drugiego?

str. 16

Inwestycja w zdrowie dziecka

Nie warto rezygnować z karmienia piersią tylko po to, by zachować ładny biust

str. 20

Zdrożeje chleb

Od poniedziałku słupscy piekarze podnoszą ceny chleba. Bochenek będzie kosztował średnio 1,5 zł, czyli prawie 50 procent więcej.



Piekarze zrzeszeni w Cechu podnoszą ceny chleba. Nie wiadomo jeszcze, jak zareagują na to hipermarkety.

Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

O podwyżkach piekarze poinformowali podczas specjalnej konferencji prasowej. - Chcemy uprzedzić mieszkańców o podwyżce - mówi Zbigniew Szyca, szef Cechu Piekarzy i Cukierników. - Sytuacja jest naprawdę poważna. To nie jest tak, że piekarze się zgadali i chcą zrobić podwyżkę. Zmusiła nas do tego sytuacja na rynku. Nie chcemy rujnować finansowo mieszkańców Słupska, lecz musimy podnieść ceny, żeby nie dokładać do interesu.

Każda piekarnia podniesie ceny zgodnie ze swoim wycenieniem. Średnia cena chleba, który obecnie kosztuje około 1,1 zł, od poniedziałku wyniesie 1,5 zł. Podrożeją też bułki. Za najtańsze trzeba będzie zapłacić 35 groszy. Według piekarzy cena chleba po podwyżce utrzymać się będzie na granicy opłacalności. Ich zdaniem głównym powodem podwyżek jest wzrost

cen mąki oraz gazu, którym zasilane są piece. - Mam piec nowej generacji, ale płacę kolosalne rachunki - mówi Maria Wolska, właścicielka słupskiej piekarni. - Po zmianie gazu ceny miały być zbliżone, a ja płacę 300 procent więcej.

Mąka drożeje od dłuższego czasu - dodaje Szyca. - Po kilku groszy na kilogramie. Teraz cena skoczyła aż o 11 gr.

Podwyżkę cen pieczywa zapowiada także PSS. - Jeszcze nie wiemy dokładnie, o ile podrożeje nasz chleb, lecz podwyżka jest nieunikniona - mówi Małgorzata Bądkowska ze słupskiego PSS Spółem.

Zdaniem piekarzy młyny nie mają ziarna. W Stoilawiu i Wągrowcu, gdzie zaopatrują się słupscy piekarze, na mąkę trzeba czekać nawet tydzień. - Są sprzeczne opinie na temat tego, czy jest zboże w kra-

ju, czy go nie ma - mówi szef cechu piekarzy. - Jedni mówią, że zbóż konsumpcyjnych mamy pod dostatkiem, inni zaś, że Polska będzie musiała je sprowadzić. Boimy się, że może zabraknąć mąki.

- W tym roku mamy większe zapasy zboża konsumpcyjnego niż w roku ubiegłym - mówi Małgorzata Horbowa z firmy Raifpol. - Jednak od miesiąca, czyli od zakończenia skupu agencyjnego, cena na tonie wzrosła o ok. 100 zł. To dość dużo. Za tonę pszenicy trzeba zapłacić 650 zł, za żyto - 520.

Radosław Szatkowski, szef Agencji Rynku Rolnego w Gdyni zapewnia, że ziarna nie powinno zabraknąć. - Mamy wystarczające zapasy zboża konsumpcyjnych - mówi. - Może jedynie zabraknąć niższej jakości ziarna paszowego. Rozważamy sprowadzenie tego rodzaju zboża z zagranicy.

TOMASZ CZEŚCIK

OD 5 GRUDNIA
NOWA LOTERIA!

Słodka fortunka
głos Pomorza



DO WYGRANIA
204 nagrody
NA 2004 ROK

czytaj str. 3

WYŻSZY VAT DOPIERO OD MAJA

Materiały taniej

Mamy kolejną dobrą wiadomość dla osób, które zamierzają w najbliższym czasie remontować lub modernizować mieszkania. Ministerstwo Finansów przedłuży obowiązywanie o cztery miesiące obecnej siedmioprocentowej stawki podatku VAT na materiały budowlane. Wprawdzie przepis o niższej stawce VAT na materiały budowlane wygaśnie, ale jej obowiązywanie może przedłużyć minister finansów swoim rozporządzeniem. - Minister skorzysta z tej możliwości - dowiedzieliśmy się w biurze prasowym Ministerstwa Finansów. - Od 1 maja Polska stanie się członkiem Unii Europejskiej, której przepisy nie pozwalają na stosowanie takich preferencyjnych stawek. Wtedy one wzrosną (prawdopodobnie do 22 proc. - dop. red.).

(klin)

Policjanci do Kosowa



Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

15 policjantów z oddziału specjalnego, który wejdzie w skład korpusu ONZ, zakończył wczoraj szkolenie w Szkole Policji w Słupsku. Funkcjonariusze wyjadą na misję do Kosowa. To już szósty oddział, który przeszedł szkolenie w Słupsku. W specgrupie znajdują się cztery kobiety. - Misja jest dla mnie wyzwaniem - mówi sierż. Małgorzata Bigos, psycholog jednostki. - Największym problemem wszystkich policjantów jest półroczna rozłąka z bliskimi. Dlatego będę ich wspierała.

(toc)

KONKURS „WYPRAWA PO PANDE”

Wczoraj zakończyliśmy loterię, a dzisiaj na str. 2 powtarzamy liczby drukowane na wszystkich kuponach. Tam piszemy także o dalszej możliwości odbioru nagród i losowaniu publicznym.

(tg)

Sojusz Lewicy Demokratycznej kończy przegląd swoich szeregów

Połowa odpadła

Prawie o połowę zmniejszy się liczba działaczy SLD w województwie pomorskim po zakończeniu weryfikacji. W Słupsku wszyscy wysocy działacze przeszli ją pozytywnie.

Weryfikacja ma przewietrzyć szeregi SLD, oddzielić prawdziwych działaczy od karierowiczów. Na Pomorzu z partii odeszło już 45 procent (nie złożyli nowych deklaracji członkowskich). - Przypuszczaliśmy, że będzie nas mniej o 30 procent, jednak szeregi partii opuści więcej osób - mówi Piotr Gątarek, sekretarz Rady Wojewódzkiej SLD. - Powody, dla których ludzie odchodzą z SLD, są różne. Znaczna część to tzw. martwe dusze - nie płacili składek i nie identyfikowali się z nami. Część odchodzących nie zrobiła kariery bądź nie zarobiła pieniędzy dzięki partii. Gros to ludzie

starsi, którzy mają już dosyć działalności.

Według Marka Dyducha, sekretarza generalnego SLD, do tej pory partia w wyniku weryfikacji straciła około 50 tys. osób, czyli jedną trzecią. Podkreśla, że nie jest to jednak liczba ostateczna. - W grudniu członkostwo w partii będą mogły potwierdzić jeszcze osoby, które do tej pory tego nie zrobiły - twierdzi.

Do 15 grudnia wszyscy działacze, którzy pozytywnie przeszli weryfikację, a wobec których toczy się postępowanie sądowe lub prokuratorskie, muszą zawiesić członkostwo do czasu wyjaśnienia spraw. Jeśli tego nie zrobią, będą usunięci z SLD.

Nie wiadomo jeszcze, jak bardzo stopnieje słupska struktura partii. Na pewno nie opuszczą jej wysocy działacze. Wszyscy prze-

szli pozytywnie weryfikację, także prezydent Maciej Kobylński. Nie zaszkodził mu incydent w kulisach sesji Rady Miasta, podczas którego ostro zrugął partyjnego kolegę. Działacze pozytywnie ocenili też Ireneusza Bijacę, który rzekomo miał zażądać łapówki od firmy budującej farmę wiatrową w Dębicy Kaszubskiej. - Nie mamy nic do zarzucenia panu Bijacie - mówi poseł Jan Sienko, przewodniczący Rady Miejskiej SLD. - Ta sprawa dotyczy aeroklubu, którego jest prezesem oraz firmy, która buduje farmy wiatrowe i gminy Dębica Kaszubska. Sprawę wyjaśnia prokuratura, dlatego nie powinniśmy ferować wyroków.

Sojusz pozytywnie ocenił dzieło radnych miejskich, wiceprezydentów oraz posła Sienkę, któremu poseł Antoni Macierewicz zarzuca lobowanie na rzecz farmy wiatrowej, w której udziały ma żona słupskiego barona SLD.

O sprawie weryfikacji nie chcą wypowiadać się działacze struktur powiatowych SLD. - O wszystkim powiemy dopiero w styczniu - usłyszeliśmy w biurze Rady Powiatowej SLD.

TOMASZ CZEŚCIK



TAXI 919
RADIO MPT
Połączenie bezpłatne
0-800-100-919
Dzwoń lub wyslij SMS:
ulica nr domu
502-532-532
Realizację zamówienia potwierdza SMS:
marka samochodu i numer boczny taksówki
Telefon dodatkowy
607-050-919

HALO Janter TAXI 96-27
DZWONISZ ZA DARMO
0 800 444 443
Wyslij SMS
600 87 96 27
601 80 96 27

„SCAWIN”
OLEJ OPALOWY
NA TELEFON
(059) 842 99 40, 0602 498 827

AUTO SERWIS
• naprawy bieżące silników
• hamiki, amortyzatory, hamulce
Słupsk ul. Tuwima 23
(inkubator Przedsiębiorczości)
ul. Zyg. Augusta 41
tel. 8430 233, 841 30 32 wew. 162

Interflor
Słupsk, ul. Garniejska 19
tel./fax (059) 842 80 29
CENTRUM CHOINKOWE
Bardzo bogata oferta
SUPER CENY

Słodka fortunka
głos Pomorza
204 nagrody
na 2004 rok
czekają na ciebie!
Już 5 grudnia wydrukujemy w tym miejscu
pierwsze liczby do zakreślania!

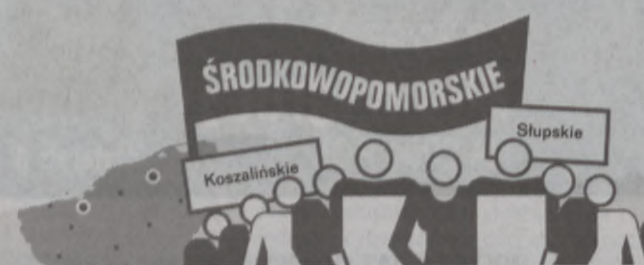
PULS DNIA**Wystarczy być...
Jolantą Kwaśniewską**

O kazuje się, że ani Leszek Miller, ani Aleksander Kwaśniewski nie rozdają kart na polskiej lewicy. Rozdaje je Jolanta Kwaśniewska, która co prawda nie pełni jeszcze żadnej ważnej funkcji polityczno-partijnej, ale ma za sobą siłę, przed którą drżą politycy wszystkich kolorów i odcieni. Od pewnego czasu jest królową polskich sondaży. Jako nieformalna kandydatka na prezydenta (jak dotąd ani słowem nie potwierdziła chęci zastąpienia swojego męża) bije w nich na głowę wszystkich pozostałych swoich ewentualnych kontrkandydatów. To nie wszystko. Pani Jolanta stała się aktorem na polskiej scenie politycznej i bierze udział – choć na razie raczej biernie – w personalnych układkach. Wzorem „Życie Warszawy” napisała, że prezydent zgodził się, by premier pozostał na swym stanowisku do końca kadencji. W zamian za to Leszek Miller ma poprzeć kandydaturę Kwaśniewskiej na najwyższy urząd w państwie.

Trochę to wszystko przypomina historię opowiedzianą przez Kosińskiego w powieści „Wystarczy być”. Jej bohater pojawia się w odpowiednim dla siebie momencie, opowiada wyłącznie o kwiatkach oraz ogrodach i staje się najpopularniejszym politykiem. Podobnie pani prezydentowa. Po prostu przez kilka lat była przy boku swojego męża, w telewizji mówiła z reguły o tym, jak się ubrać i w jaki sposób wystroić wnętrze swojego domu i prosiła – Polacy zwrócili na jej punkcie. Nie pytają o jej poglądy lub o to, czy ma takie cechy, które zagwarantują, że będzie dobrym prezydentem.

Wystarczy, że jest.

PIOTR POLECHOŃSKI

**Poparcie spoza regionu**

Ku naszemu zdziwieniu, o możliwości poparcia powstania województwa środkowopomorskiego pytają nie tylko mieszkańcy regionu.

Do naszej redakcji zadzwonił mieszkaniec Bydgoszczy: – O inicjatywie środkowopomorskiej przeczytałem na waszych stronach internetowych. W jaki sposób mieszkańcy innych regionów Polski mogą wyrazić swoje poparcie? Chciałbym złożyć podpis na liście, ale nie mam do niej dostępu.

Odpowiada Czesław Ignaszewski, członek Komitetu Inicjatywy Ustawodawczej:

– Każdy, kto chciałby wesprzeć inicjatywę i przyłączyć się do zbiórki podpisów, może zatelefonować pod nr tel. kom. 0 606 610 933 lub stacjonarnego (094) 315 10 54 i podać swój adres zamieszkania. Przyślemy nieodpłatnie materiały promo-

cyjne i listę do składania podpisów wraz z instrukcją jej wypełniania.

Jednocześnie organizatorzy akcji zbierania podpisów zwracają się do wszystkich osób i środowisk zaangażowanych w zbiórki w regionie koszalińskim o bieżące dostarczanie wypełnionych list do Urzędu Miejskiego w Koszalinie, pok. 203, lub do Biura Obsługi Interesanta (parter, naprzeciwko wejścia do budynku Urzędu Miejskiego). Listy są przyjmowane w godzinach pracy urzędu, w poniedziałki w godz. 10.00-18.00, w pozostałe dni tygodnia w godz. 7.15-15.15.

Listy z podpisami na rzecz powołania województwa muszą być zaawidencjonowane i posprawdane, dlatego ważne jest, aby ich zbyt duża liczba nie trafiała do punktu zbiórki na ostatnią chwilę. (hs)

Tajemny układ

Prezydent zgodzi się, by premier pozostał na swym stanowisku do końca kadencji. W zamian za to SLD poprze kandydaturę Jolanty Kwaśniewskiej na najwyższy urząd w państwie – napisało wczorajsze „Życie Warszawy”.

Gazeta powołuje się na wysokiego rangą działacza Sojuszu. Według niego, (członka władz SLD), został zawarty nieformalny układ. Premier Leszek Miller przekonuje partię do kandydatury Jolanty Kwaśniewskiej, a sam, dzięki temu, spokojnie dotrwa na stanowisku do końca kadencji Sejmu. „Życie Warszawy” pisze też, że Jolanta Kwaśniewska w sondażach idzie jak burza, zostawiając daleko w tyle pozostałych potencjalnych kandydatów. Ostatnio w rankingu popularności wyprzedziła nawet swojego męża.

– O tym, że została zawarta umowa nic nie wiem, ale takie spekulacje mogą być jak najbardziej uprawnione. Aleksander Kwaśniewski powiedział przecież, że nie będzie zmian w rządzie, a premier przychylnie wypowiadał się o ewentualnej kandydaturze Jolanty Kwaśniewskiej. Sam nie będzie przecież decydował, kto zostanie kandydatem Sojuszu – mówi wicepremier partii Andrzej Celiński, od początku sceptyczny wobec kandydatury pierwszej damy, co odnotowuje stołeczny dziennik. (PAP)

PREZYDENCKIE NOTOWANIA W DÓŁ

Jak pisał wczoraj CBOS, pracę prezydenta Aleksandra Kwaśniewskiego pozytywnie ocenia 67 procent ankietowanych. To o 6 punktów procentowych mniej niż w październiku. Złe oceny wystawia mu 22 procent Polaków. Są to najgorsze oceny urzędu prezydenta od początku jego obecnej kadencji.

Celnicy po włosku

Zachodniopomorscy celnicy zastrzyli protest na przejściach granicznych z Niemcami oraz we wszystkich oddziałach i urzędach celnych regionu. Eskalacja protestu polega na zintensyfikowaniu kontroli, która jest teraz bardzo szczegółowa. Rozpoczęcie tzw. strajku włoskiego już w piątek powodowało powstawanie kolejek na granicy. Protestujący domagają się m.in. gwarancji zatrudnienia celników po wejściu Polski do Unii Europejskiej i włączenia ich do systemu emerytalnego dla służb mundurowych. (PAP)

Bez rodzicielskich praw

Sąd Rejonowy w Lublinie zawiesił w piątek władzę rodzicielską nad czwórką niepełnoletnich dzieci małżeństwu z Czerniejowa, podejrzewanemu o zamordowanie pięciorga swych noworodków. Prawa rodzicielskie 38-letniej Jolanty K. i jej męża Andrzeja zostały zawieszono na okres ich pobytu w zakładzie karnym. Na rodzinę zastępczą dla dzieci sąd wybrał siostrę Andrzeja K. – Jolantę D. i jej męża Ryszarda.

Przebywającym w areszcie małżonkom zarzuca się pozbawienie życia pięciorga noworodków. Ich zwłoki zostały ujawnione 20 sierpnia w beczce z kapustą, która stała w piwnicy rodzinnego domu. (PAP)

Marynarka świętuje

Fot. PRZEMYSŁAW GRYŃ

Wporcie wojennym w Kołobrzegu obchodzono w piątek 85. rocznicę utworzenia Marynarki Wojennej. Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 3, noszącej imię Marynarzy Polskich, przynieśli kwiaty i laury z życzeniami. Marynarze udostępnił dzieciom wszystkich kołobrzeskich szkół okręty do zwiedzania. Centralne obchody jubileuszowe odbyły się w Gdyni. (ed)

PROSTO Z MOSTU

(94) 347-35-35

■ Emeryt ze Słupska: – W budżecie państwa brakuje wielu miliardów złotych. Od lat latanie tej dziury odbywa się kosztem najuboższych. Równocześnie sukcesywnie dowiadujemy się, że na ogromne braki pieniędzy w budżecie miały wpływ złe ustawy, brak rozporządzeń i niefrasobliwość rządzących. Najnowszą bulwersującą aferą jest sprawa zwolnienia z cel importu leków. Ta sytuacja spowodowała, że do kasy nie wpłynęło kilka miliardów złotych. Każdy odpowiedzialny za ten stan tłumaczy się po swojemu, ale jak na razie nikt nie przyznał, że najbardziej uciepiał na tym każdy, nie tylko chory, Polak. To z naszej kieszeni wyciąga się ostatnie grosze na poprawę sytuacji budżetowej, to my rezygnujemy z wykupu przepisanych leków, bo po prostu na nie nas nie stać. I pomyśleć, że odpowiedzialni za tę sytuację obiecywali nam leki za złotówkę i zmniejszali liczbę leków refundowanych, gdy sami napychali swoje kieszenie.

■ Edward Z. z Koszalina: – Niedawno usłyszeliśmy, że nasze wojsko w Iraku dostało nowe zimowe mundury. Mają one być cieplesze, a ze względu na ciemniejszy kolor – bardziej maskujące. Wcześniej temperatura w Iraku spadała do około 10 stopni, ale jak sami żołnierze powiedzieli, chodzą z podwiniętymi rękawami, bo jest im za ciepło. W Iraku nastąpiła pora deszczowa, a polskie namioty przeciekają. Tymczasem jak powiedział wiceminister Zemke, mają tam dotrzeć kontenery, w których zamieszka wojsko. Nie dotarły, bo gdzieś na trasie utknęły. Na udział naszego kraju w misji stabilizacyjnej wydajemy ogromne pieniądze. I chociaż pozornie dba się na naszych ludzi, to wydaje się, że odpowiedzialni za bezpieczeństwo i zaopatrzenie wojska są mało operatywni. Nie dziwię się, że coraz więcej Polaków opowiada się przeciw naszej misji w Iraku.

■ Czytelnik z Kołobrzegu: – Gaśnie blask, jaki rozciągał się w sprawie przyłączenia Polski do Unii Europejskiej. Okazuje się, że Unia potrzebuje członków pokornych, a my takimi nie jesteśmy. Nasz premier twardo stoi za utrzymaniem kompromisu osiągniętego w Nicei. Znosi się jednak, że ten upór nie wróży nic dobrego. Popiera nas jedynie Hiszpania, ale po drugiej stronie stoi silna Francja i Niemcy. Nasi negocjatorzy powinni się dobrze zastanowić, czy nie warto pójść na kompromis, bo może się okazać, że członkami Unii tak szybko się nie staniami, a przecież zbyt wiele w to zainwestowaliśmy. Nasza porażka nikt się nie przejmie, bo przecież potentatami finansowymi i gospodarczymi raczej nie jesteśmy. (tg)

OGŁOSZENIA EKSPRESOWE

RENAULT megane (1997) sprzedam – okazja! 0-607-940-663.

VW transporter 1,9 TD (1993). 0-696-217-232.

WITRYNE chłodniczą pionową na gwarancji, 0-504-105-419.

KUPIE słomę, 0-503-76-93-58.

AMSTAFY szczepiona z rodowodem. 0-505-923-130.

LOTTO
liczby podajemy za PAP

Multilotek – 27.11.2003

7	17	19	21	27	29	30
32	35	37	39	41	51	55
56	59	60	63	71	79	
Numerok						
13	11	27	29	38		

Konkurs „Wyprawa po Pandę”**Sprawdź, czy wygrałeś**

Wczoraj zakończyliśmy loterię, w której nagrodą główną był samochód – Fiat Panda. Teraz czekamy na zgłoszenie się osoby, która wygrała to auto.

Podczas zabawy do jej uczestników trafił już telewizor, kino domowe i część nagród pieniężnych po 200 zł. Z puli nagród przeznaczonych do wygrania pozostał jeszcze radiomagnetofon i kilka nagród pieniężnych.

Dzisiaj powtarzamy liczby drukowane na wszystkich kuponach podczas trwania loterii. Proponujemy ponowne sprawdzenie liczb na swoich kartach, a w przypadku odkrycia wygranej zapraszamy po odbiór nagrody. Można je odbierać codziennie w godzinach 10-15 w terminie do 5 grudnia.

Liczbę z loterii:

152, 170, 197, 117, 110, 140, 111, 168, 138, 124, 164, 144,

172, 113, 185, 166, 159, 109, 147, 199, 143, 161, 128, 121, 151, 116, 169, 189, 163, 162, 118, 175, 183, 165

212, 220, 206, 263, 266, 269, 289, 213, 299, 205, 240, 280, 221, 296, 229, 297, 227, 294, 267, 203, 282, 246, 265, 258, 239, 254, 253, 223, 235, 279, 214, 298, 211, 222

332, 319, 330, 314, 392, 354, 399, 362, 351, 318, 312, 387, 324, 352, 386, 342, 341, 333, 310, 385, 316, 348, 363, 339, 374, 369, 398, 336, 367, 320, 377, 383, 350, 306

464, 499, 491, 453, 460, 471, 479, 442, 437, 478, 415, 444, 408, 462, 436, 424, 484, 466, 402, 439, 423, 420, 488, 443, 473, 458, 482, 419, 472, 470, 452, 497, 459, 485

575, 576, 578, 505, 509, 565, 577, 506, 517, 587, 545, 528, 536, 542, 534, 588, 544, 550, 566, 515, 518, 535, 586, 526, 598, 513, 568, 525, 579, 597, 530, 593, 555, 591

Jeśli nie zgłosi się finalista, to zarówno samochód, jak i inne niewygrane nagrody trafią do uczestników loterii w drodze losowania publicznego. Wezmą w nim udział osoby, które do 11 grudnia (liczy się data wpływu) dostarczą do redakcji w Koszalinie swoje karty konkursowe z kompletem kuponów (dwóch może brakować). Zaklejone zwykłe koperty z czytelnymi napisanym imieniem, nazwiskiem, adresem i dopiskiem „Wyprawa po Pandę” można od poniedziałku (1 grudnia) do 11 grudnia składać na parterze redakcji w Koszalinie lub naszych oddziałach w: Słupsku, Kołobrzegu, Szczecinku, Bytowie, Miastku, Łęborku i Człuchowie. W przypadku wysłania pocztą, należy to zrobić z odpowiednim wyprzedzeniem, tak aby przesyłka dotarła do redakcji w Koszalinie do 11 grudnia. Losowanie publiczne odbędzie się 12 grudnia. (tg)

Z ogromnym żalem przyjęliśmy wiadomość, że 28 listopada 2003 roku zmarł

doc. dr inż. LEOPOLD JASTRZĘBSKI

wieloletni Pracownik Politechniki Koszalińskiej
Naukowiec, Nauczyciel akademicki i Wychowawca,
Pionier Uczelni, Organizator i Pierwszy Dziekan
Wydziału Budownictwa Lądowego Wyższej Szkoły Inżynierskiej
nasz Kolega i Przyjaciel.

Na zawsze pozostanie w naszej pamięci

Rektor, Senat i Pracownicy Politechniki Koszalińskiej

BH4542

„Pamięć o Tobie żyje i żyć będzie,
lecz jakże sercu powiedzieć – nie płacz...”

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że w dniu 27 listopada 2003 roku zmarł w wieku 74 lat nasz kochany Mąż, Tatusz, Teści i Dziadek

**sp.
BAZYLI KRUPIARZ**

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się 29 listopada 2003 roku na Starym Cmentarzu w Słupsku. Wystawienie w kaplicy przy ul. Hubalczyków o godz. 12.20. Wyprowadzenie do miejsca spoczynku o godz. 12.50. Msza żałobna odprawiona zostanie w dniu pogrzebu o godz. 7.30 w Kościele Mariackim.

Pograżona w smutku Rodzina

G-8741

Redaktorzy prowadzący
Beata JANKOWSKA
Maciej SZTYMA
Redaktor sportowy
Zbigniew SUWAŁOWSKI

głos Pomorza

ADRES REDAKCJI:
75-004 Koszalin, ul. Mickiewicza 24.
Centrala: (094) 347-35-00
Telefax: (094) 347-35-47
Redaktor naczelny
Anna Czamy-Marecka (094) 842-51-95
Zastępca redaktora naczelnego
Mirosław Skolimowski (094) 347-35-00
Sekretarz redakcji
Marcin Stefanowski (094) 347-35-51

KIEROWNICY DZIAŁÓW:

ekonomiczno-konsumencki:
Jolanta Stompowska (094) 347-35-55
społeczno-polityczny:
Piotr Pawłowski (094) 347-35-59
sportowy:
Zbigniew Suwałkowski (094) 347-35-20
wydanie magazynowe:
Stanisław Kiełb (094) 347-35-48

ODDZIAŁ W SŁUPSKU:
76-200 Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19
Centrala: tel./fax (099) 842-51-95
Sekretarz redakcji
Beata Jankowska (099) 842-51-95

GAZETA W INTERNecie:
www.glos-pomorza.pl
e-mail: redakcja@glos-pomorza.pl
Redaktor wydania internetowego
Krzysztof Osieński (094) 347-35-02

WYDAWCA:
Koncern Wydawniczy „FORUM” Sp. z o.o.
75-004 Koszalin, ul. Mickiewicza 24
Prezes:
Andrzej Kociszewski
Dyrektor zarządzający:
Artur Mielczarek tel. (094) 347 35 00
Dział promocji:
Koszalin, tel. (094) 347-35-56/09
Słupsk, tel. (099) 842-51-47
REKLAMA I OGŁOSZENIA:
e-mail: bo@glos-pomorza.pl

75-004 Koszalin, ul. Mickiewicza 24,
– w godz. 8-17.
Biuro Ogłoszeń
tel./fax (094) 347 35 15/13/12, 347 35 11.
Biuro Reklamy tel. (094) 347 35 10,
347 35 03/04/05/14, tel./fax (094) 347 35 06/07.
76-200 Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19
– w godz. 8-16.
Biuro Reklamy
tel./fax (099) 841 17 43, 840 32 51
Biuro Ogłoszeń tel. (099) 840 25 73, fax
(099) 842 51 95

76-200 Słupsk, al. Sienkiewicza 20
– w godz. 8-16.
Biuro Ogłoszeń tel./fax (099) 842 66 08.
Za treść ogłoszeń odpowiada zleceniodawca, za termin ich zamieszczania Biuro Ogłoszeń. Prenumeratę przyjmują oddziały Ruchu SA, urzędy pocztowe i listonosze. Prenumeratę Express przyjmuje redakcja w Słupsku i Koszalinie
Druk:
Drukarnia GP MEDIA sp. z o.o.
85-461 Bydgoszcz, ul. Ciołwina 10

IZBA
WYDAWCÓW
PRASY
NAKLAD KONTROLOWANY
ZWIAZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

JUŻ OD 5 GRUDNIA NOWA LOTERIA

Do wygrania:

200 paczek ze świątecznymi łakociami!

DWA, PIĘĆ, DZIESIĘĆ, DWADZIEŚCIA tysięcy złotych!

5 grudnia kup „Głos Pomorza” z kartą do gry i łap szczęście!

Słodka
fortunka
głos Pomorza



NARKOTYKI

Plantacja pod klepiskiem

W gospodarstwie w podślupskim Klepcinku, gdzie przedwcześnie policja znalazła 11 kilogramów marihuany, hodowano również konopie indyjskie. Plantację ponad 150 krzewów funkcjonariusze odkryli w pomieszczeniu pod stajnią.

Już po zatrzymaniu właściciela gospodarstwa, 24-letniego Patryka P., policja dokładnie przeszukała budynki. Pod klepiskiem w stajni funkcjonariusze odkryli zamaskowane pomieszczenie. – Pod klepiskiem znajdowała się profesjonalnie przygotowana plantacja – mówi Emilia Adamiec, rzeczniczka ślupskiej policji. – Piwnica była oświetlana i nawadniana.

Patryk P. nie tylko zajmował się hodowlą konopi indyjskich, ale często zażywał narkotyki. Badania moczu wykazały w jego organizmie ślady marihuany i amfetaminy. Policja sprawdza także powiązania ze sprawą 18-letniej dziewczyny i 27-letniego mężczyzny, których zatrzymano w gospodarstwie Patryka P.

(toc)

PRAWO

Kasa za przestępców

Już pięć skradzionych samochodów znaleźli ślupszczanie w ramach akcji „Łap z nami”. Za informacje o miejscu postoju auta policjanci płacą kilkaset złotych. Będą również płacić za ujawnienie handlarzy narkotyków.

– Jesteśmy bardzo zadowoleni, że ślupszczanie przyłączyli się do naszej akcji, dzięki ich pomocy odzyskałmy już pięć skradzionych samochodów – mówi Emilia Adamiec, rzecznik ślupskiej policji. Wśród policjanci zatrzymali renault twingo, który nielegalnie został sprowadzony do kraju.

Do tej pory tylko jedna osoba rzekła się wynagrodzenia. Pozostali informatorzy zarobili po 200 zł. – Najczęściej jesteśmy informowani anonimowo, część zgłoszeń się nie potwierdza, jednak najważniejsze jest to, że są efekty – cieszy się policjantka. Większość informatorów nie zdradzała swojej tożsamości, podawali jedynie hasła lub pseudonimy, na podstawie których odbierali pieniądze.

Sukces akcji skłonił policjantów do jej rozszerzenia. – Będziemy płacić również za ujawnianie informacji o handlarzach narkotyków i innych przestępcach – zapowiada rzecznik. Za potwierdzoną informację otrzymamy 200 zł. Pierwszym spektakularnym efektem była likwidacja nielegalnej uprawy konopi indyjskich w Klepcinku (o czym piszemy wyżej).

(krab)

WE WTOREK

od 10.00 do 12.00 (094) 347 35 24
dyżur redakcyjny

Kodeks się zmienia

Jak już sygnalizowaliśmy w miniony czwartek, od 1 stycznia 2004 wchodzi w życie zmiana w Kodeksie pracy i ustawie o zwolnieniach grupowych. O szczegóły będzie można dopytać naszego redakcyjnego eksperta Ewę Bielecką, specjalistkę z zakresu prawa pracy w Koszalińskim Oddziale Inspekcji Pracy.

(jola)

Napad na biznesmena pod Debrznem

Przywitali inwestora

Szwedzki przedsiębiorca polskiego pochodzenia został napadnięty, pobity i okradziony w Cierzniach (gm. Debrzno). Stracił samochód i rzeczy warte prawie pół miliona złotych. Nie zamierza jednak porzucić interesów w Polsce.



Fot. ROBERT MALOLEPSZY

Biznesmen nie przestraszył się bandytów. Wielu jego znajomych w Szwecji, którzy usłyszą tę historię, nie zdecydowało się na zainwestowanie u nas.

Patrick Szutkiewicz jechał z pracownikiem do Debrzyna, gdzie miał kupić grunt. Od pewnego czasu biznesmen, który posiada kilka fabryk (w tym w Chinach) i kilkadziesiąt sklepów z akcesoriami samochodowymi w różnych krajach świata, interesował się rozpoczęciem działalności także w Polsce. W Debrzynie był wielokrotnie. Tu mieszkała przed wyjazdem do Szwecji jego matka.

Przedsiębiorcę napadnięto kilkanaście kilometrów od celu podróży. – Zatrzymaliśmy się koło wiejskiego sklepu, żeby kupić kilka rzeczy – opowiada Szutkiewicz. – Przy pawilonie stało co najmniej dziesięć osób. Gdy wracaliśmy z zakupami, otworzyłem pilotem drzwi. Wtedy podbiegło do nas trzech mężczyzn. Kilkakrotnie uderzyli metalową rurą w głowę mojego pracownika. Mnie rzucili na maskę samochodu.

Mężczyznę jadącego z Szutkiewiczem dotkliwie skopali po głowie. Zmiażdżenie mu szczęki przez bandytę obcasem buta uderemnił biznesmena. Sam także doznał licznych obrażeń. – W czasie szarpaniny wypadły mi kluczyki. Na chwilę chyba straciłem przytomność. Jeśli dobrze pamiętam, ktoś ze stojących wokół sklepu próbował przyjąć nam z pomocą, ale któryś z tamtych wyciągnął broń – dodaje poszkodowany.

Stracił terenowego porsche cayenn o wartości 480 tysięcy złotych, a także laptop, cyfrową kamerę i aparat fotograficzny. W samochodzie było także dużo dokumentów firmowych.

O tym, że w Polsce obcokrajowiec, szczególnie jeżdżący dobrym samochodem, nie może czuć się bezpiecznie, mówi się w Szwecji na każdym kroku. Szutkiewicz nie chce jednak zarzucić pomysłu zainwestowania tu. Zamierza natomiast wystąpić o pozwolenie na broń. Jak twierdzi, bandytów jest garstka, a uczciwych ludzi miliony. Zdaniem policji napadu dokonali „fachowcy”. Prawdopodobnie jechali za porsche od Szczecina.

(ram)

W Miastku urodziły się trojaczki

Trzy szczęścia naraz

W miasteczkim szpitalu przyszyły na świat trojaczki. Szczęśliwymi rodzicami trzech dorodnych córek są Sylwia i Marek Chrzan z Tuchomią. Ostatni raz w Miastku trojaczki urodziły się 25 lat temu.

Pani Sylwia wiedziała, że będzie miała trojaczki. Wykazało to badanie USG. Do porodu przygotowane były trzy zespoły lekarskie i pielęgniarskie, trzy stoły, trzy aparaty reanimacyjne i trzy inkubatory. Nie wszystko było potrzebne, bo dzieci po 35 tygodniach ciąży urodziły się zdrowe i – jak mówi doktor Genowefa Gocoł, ordynator oddziału dziecięcego – śliczne.

Poród odbył się przez cesarskie cięcie. Przyjmował go doktor Eugeniusz Kukawski. Dziewczynki ważyły po urodzeniu 1.910 g, 2.380 g i 2.560 g. – To dość dużo jak na taką ciążę – ocenia doktor Gocoł.

W szpitalu przy szczęśliwej mamie czuwała jej matka, która sama urodziła kiedyś dwojaczki.

– Musiałam z kimś dzielić to szczęście – mówi Sylwia Chrzan. – To wielka radość w naszej rodzinie, bo to pierwsze dzieci. Jeszcze to do mnie nie dociera. Cały świat nade mną wiruje. Trzy szczęścia naraz!

Szczęśliwa mama do chwili porodu była na zasiłku dla bezrobotnych. Mąż pracuje dorywczo. – Boże, za ileś tam lat będziemy mieli trzy panny na wydaniu! Tatusi nie odgoni się od dzieciów – żartuje mama. – To również wielka radość i splendor dla naszego szpitala, ale nie za zdradzę pracy mamie – mówi doktor Gocoł. – Jak będą chciały jeść, to od razu cała trójka. Jak zaczną płakać, to też trzy od razu. Jak na spacer, to też trójka od razu.

Niedawno w Gdańsku-Zaspie, pierwszy raz po 20 latach, też urodziły się trojaczki. W Ślupsku trójka dzieci przyszła na świat sześć lat temu.

KONRAD REMELSKI



Fot. KONRAD REMELSKI

Szczęśliwa mama: – Jeszcze nie nadaliśmy imion naszym córkom. Może Wiktoria, Sara, Weronika?

Nagroda główna:
FIAT PANDA



Prezentujemy laureatów

Pani Sabina Sierzechulka
z Witkowa (powiat Gniewo)



Od kilku miesięcy przebywa u syna w Koszalinie. Codziennie czyta „Głos Pomorza” i gra w naszych loteriach. Pani Sabina jest najstarszą laureatką naszego konkursu, skończyła 86 lat. Jak powiedziała – jest to jej pierwsza nagroda w życiu. W jej miejscu zamieszkania nie ma w gazecie takich loterii, cieszy się więc, że tu mogła zagrać, a najważniejsze, że wygrała. – Cieszę się bardzo. Wygrałam 200 zł, to dla mnie spore pieniądze, bo rentę mam niską. Zbliżają się święta, to będą pieniądze na prezenty dla wnuczek. Będę grała w kolejnej loterii, a gdybym wygrała samochód, to nawet zrobiłabym prawo jazdy – żartowała laureatka.

Na stronie 2. dzisiejszego wydania gazety powtarzamy liczby drukowane na wszystkich kuponach zakończonego w piątek konkursu.

(tg)

Fot. RADOSŁAW KOLEŚNIK

Jak spędzą swoje imieniny

Andrzeju, Andrzeju...



Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

Andrzej Gazicki dba o tradycję lania wosku

Lanie wosku, wyprawa na rowerze i zabawa – tak niektórzy Andrzejowie spędzą ostatni dzień przed adwentem. Inni niestety nie mogą pozwolić sobie na zabawę.

W domowych pieleszach imieniny spędzi Andrzej Gazicki, dyrektor ślupskiego oddziału Ruch S.A. – Żona przygotuje na tę okazję wyśmienitą łazanię. Mały synek jest bardzo ciekawy andrzejkowych tradycji, więc nie może się obyć bez lania wosku i wróżb. Ze znajomymi usiadłszy przy kominku i będziemy się starali rozmawiać na same przyjemne tematy, bo rzeczywistość jest wystarczająco ponura.

W gronie przyjaciół imieniny spędzi również wiceprezydent Ślupska, Andrzej Obecny. Nie zamierza jednak siedzieć w domu. – Bardzo chętnie wyruszę na andrzejkową wyprawę rowerową do Redwanek – mówi. – Prezenty nie są najważniejsze, ale przyznam, że lubię praktyczne rzeczy.

Imprezować nie będzie na pewno Andrzej Wasielewski, ordynator oddziału ginekologiczno-polożniczego łęborskiego szpitala. – Imieniny to będzie ciężki stan gotowości i dyżur przy telefonie. Nie przykładam

poza tym większej wagi do imienin. Tradycja lania wosku też już praktycznie zanika.

W pracy ten dzień spędzi również Andrzej Twardowski, prezes klubu koszykarskiego Czarni. W sobotę na parkiecie hali Gryfia ślupscy koszykarze zmierzą z zespołem Polonii Warbud Warszawa. – Mimo tego nie mam czasu ani ochoty na zabawę. Moja córka jest bardzo chora i w niedzielę będzie miała operację, więc żadna zabawa nie wchodzi w rachubę.

(klin)

WRÓŻBY I ZABOBONY

Wróżby to stary jak ludzkość sposób na poznanie niepewnej przyszłości. Wierzone, że są dni, kiedy duchy przodków wracają na ziemię i odsłaniają przed nami odrobinę nieznanego. Wróżbom miłośnym sprzyjał początek adwentu. Panny wróżyły zamążpójście w wigilię świętego Andrzeja (11.29 listopada), a kawalerowie w przeddzień świętej Katarzyny. Andrzejkowe wróżby przetrwały do dziś i cieszą się niesłabnącą popularnością, mimo iż przez stulecia Kościół potępiał je, jako zabobony.

WŁOCHY

Imigranci
rekrutowali
zamachowców

We Włoszech aresztowano czterech imigrantów podejrzanego o rekrutowanie bojówkarzy islamskich do przeprowadzenia samobójczych zamachów w Iraku, podały w czwartek źródła sądowe.

Czterech mężczyzn pochodzących z północnej Afryki aresztowano w Mediolanie i zostaną oni oskarżeni o działalność wyrotową i terroryzm międzynarodowy.

Władze włoskie wydały pięć nakazów aresztowania. Trwają poszukiwania brakującej osoby.

We Włoszech nie po raz pierwszy zatrzymano ludzi podejrzanego o rekrutowanie zamachowców-samobójców.

W kwietniu władze włoskie poinformowały, że we Włoszech i Niemczech zwerbowano kilkudziesięciu ekstremistów islamskich, których wysłano do obozów szkoleniowych w Syrii, przed skierowaniem ich do Iraku, gdzie mieli dołączyć do grup powiązanych z Al-Kaidą.

Źródła włoskie podały, iż podczas śledztwa wykryto także oboz szkoleniowy w Turcji, do którego trafiali rekruci z Włoch. Nie wykryto jednak żadnych powiązań zatrzymanych z ostatnimi zamachami w Stambule.

(PAP)

BULGARIA

Zabójcy premiera
skazani

Pięć osób oskarżonych o zabójstwo w 1996 roku byłego premiera Bulgarii Andreja Łukanowa zostało w piątek skazanych na dożywotnie więzienie bez prawa do wcześniejszego zwolnienia.

Sąd w Sofii uznał za winnych śmierci Łukanowa byłego prezydenta Angela Wasylewa, jego pomocników Jurija Lenewa i Georgi Georgijewa, a także dwóch Ukraińców Ołeksandra Rusowa i Ołeksija Kiczatowa, i skazał ich na najwyższy wymiar kary przewidziany przez bułgarski kodeks karny.

Wyrok nie jest prawomocny. Za inspiratora zbrodni sąd uznał Wasylewa, a za bezpośredniego wykonawcę Rusowa, który otrzymał za zastrzelenie byłego premiera 85 tys. dolarów.

Andrej Łukanow - dwukrotny premier Bulgarii w 1990 roku, a później poseł z ramienia Partii Socjalistycznej, został zabity przed swoim domem 2 października 1996 r. W tym czasie szefem rządu bułgarskiego był Żan Widenow, z którym Łukanow był w ostrym konflikcie. Kilka miesięcy później Widenow zmusił do odejścia masowe protesty uliczne.

(PAP)

HONDURAS

Zabójstwo w TV

Właściciel honduraskiej stacji telewizyjnej został zastrzelony na chwilę przed wejściem do studia, gdzie miał uczestniczyć w programie informacyjnym.

German Rivas został zastrzelony w środę w nocy, w mieście Santa Rosa de Copan, gdy wchodził do budynku telewizyjnego.

Nie wiadomo jakie są motywy zabójstwa.

Rivas, który w lutym uszedł kulom, podczas strzelaniny przed jego domem, krył się w ostatnim programie telewizyjnym kopalnie za powodowanie zanieczyszczeń związkami cyjanku. Ujawnił też przemysł kawy i bydlę przez granicę hondurasko-gwatemalską.

Organizacja „Reporterzy bez granic” zwróciła się do prezydenta Ricardo Maduro, aby wszczął śledztwo w sprawie zabójstwa.

Jest to pierwszy od 20 lat przypadek zamordowania reportera w Hondurasie.

(PAP)

UE. Cimoszewicz ostrzega przed „ryzykiem niepowodzenia”

Konklawe w Neapolu

Minister spraw zagranicznych Włodzimierz Cimoszewicz ostrzegł w piątek w Neapolu, że brak propozycji kompromisu w sprawie trybu głosowania w Radzie UE zwiększa ryzyko niepowodzenia rokowań nad przyszłą unijną konstytucją.

„Minister zaapelował, żeby przewodniczące Unii Włochy przedstawiły propozycje we wszystkich sprawach, które mają być dyskutowane. Powiedział, że brak propozycji nie jest ryzyko, że zbyt wiele będzie zależało od politycznej decyzji na końcowym spotkaniu szefów państw i rządów (12-13 grudnia) ze wszelkimi konsekwencjami. Wówczas rozsłoby ryzyko politycznego niepowodzenia, a tego wszyscy chcemy uniknąć” - relacjonował słowa Cimoszewicza dyrektor Departamentu UE w MSZ Paweł Świeboda.

Szef polskiego MSZ poparł tym samym wystąpienie swojej hiszpańskiej odpowiedniczki Any Palacio, która jako jedna z pierw-

szych zabrała głos na naradzie ministrów spraw zagranicznych 25 obecnych i przyszłych państw członkowskich Unii w Neapolu.

To ministerialne „konklawe” ma przygotować grunt pod uzgodnienie konstytucji UE przez szczyt 25 państw 12-13 grudnia w Brukseli.

Przewodniczący obradom szef włoskiej dyplomacji Franco Frattini odpowiedział, że czas na dyskusję ministrów o problemach instytucjonalnych, w tym o trybie podejmowania decyzji przez Radę UE, będzie w sobotę rano.

Frattini oświadczył, że na tym etapie Włochy nie były w stanie przedstawić na papierze żadnej propozycji w sprawie głosowania w Radzie UE, ale że inne państwa mają wolną rękę i mogą proponować swoje rozwiązania.

W dokumencie przygotowanym na spotkanie w Neapolu Włochy powstrzymały się od propozycji istotnych zmian w projekcie konstytucji przedstawionym w czerw-

cu przez Konwent Europejski - zgromadzenie przedstawicieli parlamentów i rządów 25 państw, które mają przyjąć ostateczny kształt konstytucji UE.

Rząd włoski napisał w tym dokumencie, że „duża liczba delegacji” popiera projekt Konwentu w sprawie głosowania w Radzie UE. Konwent zaproponował w czerwcu, żeby podejmować decyzje podwójną większością głosów - liczby państw i 60 proc. ludności, którą reprezentują głosujące rządy.

Włochy są jednak „świadome, że dla kilku delegacji propozycja Konwentu jest nie do przyjęcia w obecnym kształcie” (aluzja do Polski i Hiszpanii) - czytamy w opublikowanym w środę dokumencie. Stąd „konieczność dalszej refleksji nad możliwymi sposobami wyjścia naprzeciw niepokojom” zgłaszanym przez te delegacje.

(PAP)



Fot. PAP

Szefowa szwedzkiej dyplomacji Laila Freivalds i polski minister spraw zagranicznych Włodzimierz Cimoszewicz słuchają wystąpienia włoskiego ministra spraw zagranicznych Franco Frattiniego na otwarciu dwudniowego spotkania ministrów spraw zagranicznych państw UE i krajów wstępujących do UE w Neapolu.

IRAK. Członek Rady Zarządzającej traktuje wizytę Busha z rezerwą

Nikt nas nie zawiadomił

Mahmud Ali Osman, członek działającej pod amerykańską egidą irackiej Rady Zarządzającej, wypowiedział się w piątek z rezerwą na temat czwartkowej krótkiej wizyty prezydenta George'a Busha w Bagdadzie.

„Nie możemy traktować wczorajszego przybycia Busha do międzynarodowego portu lotniczego Bagdadu jako wizyty w Irak. Nikt nie zawiadomił nas wcześniej jako Rady Zarządzającej o tej wizycie. Bush nie spotkał się ze zwykłymi Irakijczykami. Próbowal tylko podnieść morale swych wojsk” - po-

wiedział Osman dziennikarzowi agencji AP.

Bush przybył do Bagdadu w czwartek wieczorem. W trakcie dwupółgodzinnej wizyty na lotnisku zjadł z amerykańskimi żołnierzami tradycyjną kolację z okazji Święta Dziękczynienia z indykiem jako daniem głównym. Wizyta przebiegała w pełnej tajemnicy, a wiadomość o niej opublikowano dopiero po odlocie prezydenckiej maszyny ze stolicy Iraku.

Prezydent spotkał się także z czterema członkami 25-osobowej Rady Zarządzającej, ale jako całość gremium to nie zostało wcz-

ściej poinformowane o planowanej wizycie.

Jeden ze wspomnianych czwórk, Muwafak ar-Rubaji, powiedział AP, że wraz z towarzyszącymi z Rady i amerykańskimi administratorem Iraku Paulem Bremerem zostali zaproszeni na świąteczną kolację. Nie zawiadomiono ich jednak wcześniej, że będzie tam obecny George Bush.

„To było owocne spotkanie. Prezydent USA potwierdził zobowiązanie swojego kraju do zbudowania nowego, demokratycznego i prosperującego Iraku” - oświadczył ar-Rubaji.

(PAP)

CHINY. Za ustawę o referendum

Chiny krytykują Tajwan

Chiny ostro skrytykowały w piątek decyzję tajwańskiego parlamentu, który dzień wcześniej uchwalił postanowienie ustawy, zezwalające na przeprowadzenie na wyspie referendum.

Chiny uważają, że decyzja w sprawie referendum może być wykorzystana do przeprowadzenia plebiscytu w sprawie proklamowania wyspy niezależnym państwem. Chiny wielokrotnie ostrzegaly, iż w takim przypadku użyją siły wobec Tajwanu, określane go w Pekinie mianem „ostatniej niewyzwolonej prowincji Chin”.

„Absolutnie sprzeciwiamy się używaniu ustawy o referendum do wykłaniania Tajwanu w jakieś rozłamowe działania na rzecz niepodległości” - głosi

komunikat rządowego Biura ds. Tajwanu cytowany przez Reutersa.

Tajwańskie władze nie wiążą postanowień o referendum z separatystycznymi dążeniami. Oficjalnie Tajwan nadal jednak uważa się za część Chin, a rząd wyspy ma być formalnie „jedynym legalnym rządem” całych Chin.

Nowe postanowienia zezwalają na przeprowadzenie na wyspie plebiscytów w kwestiach politycznych - jak pisze agencja Reutersa, również w takich sprawach, jak np. zmiana nazwy Tajwanu (obecnie Republika Chińska), flagi, hymnu czy konstytucji.

Chiny w ostatnim czasie kilkakrotnie ostrzegaly Tajwan, że wszelkie działania w kierunku niepodległości wyspy mogą sprawić, że „użycie

(przez Pekin) siły może okazać się nieuniknione”.

Jednak piątkowy komunikat, pierwsza oficjalna reakcja na ustawę, nie powtarza pogrozek o użyciu siły.

Do oddzielenia Tajwanu od Chin doszło po wojnie w 1949 r. i zwycięstwie komunistów na kontynencie, gdy wojska nacjonalistyczne schroniły się na wyspie.

W 1971 r. ONZ uznała ChRL za jedyny legalny rząd Chin, co oznaczało utratę miejsca w ONZ przez kuomintangowskie władze Tajwanu. Pekin nadal blokuje wszelkie próby wejścia Tajwanu do ONZ i innych organizacji międzynarodowych. Stosunki dyplomatyczne z Tajpej utrzymuje obecnie tylko ok. 20 państw świata.

(PAP)

24 GODZINY

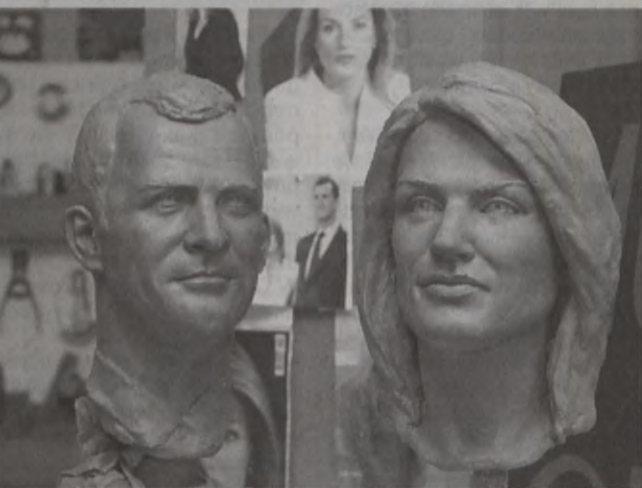


Fot. PAP

Marsz protestu w Meksyku zorganizowany przez związki zawodowe, lewicowców i rolników przeciwko rządowym planom podwyższenia podatków na żywność i leki oraz sprzedaż majątku państwowego.

Głosami większościowej koalicji rządowej socjaldemokratów i Zielonych niemiecki Bundestag przyjął w piątek budżet państwa na rok 2004, przewidujący rekordowy deficyt na kwotę blisko 30 mld euro. Za budżetem głosowało 304 deputowanych, przeciw było 289. Ugrupowania opozycyjne - chadecka CDU/CSU i liberalna FDP - zamierzają zablokować nowy budżet w Bundesradzie (Izbie wyższej), gdzie dysponują większością. Jak zaznacza agencja dpa, blokada ta jedynie opóźni, a nie udaremni wejścia w życie uchwalonej przez Bundestag ustawy budżetowej.

Arcybiskup Reims, Thierry Jordan, ponowił w piątek w imieniu francuskich biskupów zaproszenie dla papieża Jana Pawła II do Lille, we wrześniu roku 2004. Przedstawiciel francuskiej hierarchii ponowił zaproszenie w Watykanie podczas okresowej wizyty biskupów „ad limina apostolorum” (do progów apostoelskich).



Fot. PAP

Muzeum Figur Woskowych w Madrycie zakończyło rzeźbienie woskowych popiersi hiszpańskiego króla Filipa i jego narzeczonej Letizii Ortiz. Prace kosmetyczne przy woskowych modelach zostaną zakończone do grudnia i popiersia staną obok pozostałych królewskich figur w Muzeum.

BULGARIA. Sprawa modernizacji myśliwców

Zerwana umowa

Bułgarskie ministerstwo obrony zerwało zawartą z Rosją umowę na modernizację bułgarskich myśliwców MiG-29, bowiem rosyjski koncern RSK MiG nie wypełnia zobowiązań kontraktowych - poinformował w piątek dziennik „Trud”.

Jak podaje gazeta, zerwanie umowy przez resort obrony ze względu na „systematycznie niewykonywanie jej postanowień” zapowiedział na czwartkowym posiedzeniu parlamentarnej komisji polityki zagranicznej, obrony i bezpieczeństwa jej szef Wenko Aleksandrow. Po anulowaniu umowy ministerstwo obrony ogłosiło nowy konkurs na modernizację myśliwców - dodał Aleksandrow.

Minister obrony Nikołaj Swinarow zapowiedział, że decyzja o wypowiedzeniu umowy zostanie podjęta w połowie grudnia.

Umowę z RSK MiG o remoncie i modernizacji 20 bułgarskich myśliwców MiG-29 podpisano 26 marca 2002 roku. Firma rosyjska wygrała przetarg, w którym uczestniczyły także dwie firmy izraelskie - Elbit Systems i Israel Aircraft Industries - oraz białoruskie zakłady lotnicze w Baranowiczach i europejskie konsorcjum EADS.

Kontrakt zobowiązywał Rosjan, by w ciągu trzech lat zmodernizowali 20 bułgarskich samolotów MiG-29, za co mieli otrzymać 60 mln dolarów. Pierwsze 6 samolotów miało być gotowych w styczniu 2003 r., ale terminu nie dotrzymano. 31 lipca minister obrony powiedział, że rosyjski kontrahent powinien zapłacić 500 tysięcy dolarów odszkodowania. 1 października Rosjanie oświadczyli, że nie będą w stanie wywiązać się z zawartych w umowie zobowiązań.

(PAP)



CZAS DLA CIEBIE

Siemens S55

od 1 zł
od 1,22 zł z VAT

Motorola E365

od 1 zł
od 1,22 zł z VATW prezencie
3, 6 lub 12
godzin

Najcenniejsze jest to, co niewidzialne ...

To Twój czas. Dlatego na Święta Idea daje Ci 3, 6 lub 12 darmowych godzin.

TOP

Białogard, ul. 1-go Maja 8
Darłowo, ul. Powstańców Warszawskich 15
Drawsko Pomorskie, ul. Piłsudskiego 7a
Kobylnica k/Słupska, ul. Szczecińska 6 "real,"
Kołobrzeg, ul. Koszalińska 36, C.H. miniMAL
Koszalin, ul. 1-go Maja 20/5
Koszalin, ul. Kaszubska 3
Miastko, ul. Gen. Wybickiego 53f
Słupsk, ul. Wojska Polskiego 29"a"
Szczecinek, ul. Wyszyńskiego 32
Świdwin, ul. 1-go Maja 23
Złocieniec, ul. 5-go marca "Kosmos"

0 508 36 68 00
 (0-94) 314 67 00
 (0-94) 363 46 37
 (0-59) 841 51 70
 (0-94) 354 46 80
 (0-94) 346 75 00
 (0-94) 342 22 78
 (0-59) 857 17 97
 (0-59) 841 22 15
 (0-94) 372 94 44
 (0-94) 365 73 32
 (0-94) 367 31 00

Łączy Cię z ludźmi

Informacja Handlowa: 0 801 234 567; Koszt połączenia: 1 jednostka taryfikacyjna wg cennika TP SA; www.idea.pl

Słupsk ■ Ustka ■ Kępcze ■ Damnica ■ Dębica Kaszubska ■ Główny ■ Kobylnica ■ Potęgowo ■ Smolczyno

W SKRÓCIE
ZE SŁUPSKA

Anioły na drogach

Na ulicach Słupska pojawiają się w środę anioły, czyli osoby czuwające nad bezpieczeństwem uczniów przechodzących w niebezpiecznych miejscach przez przejścia dla pieszych. Jedenastu aniołów będzie pracowało przed ośmioma szkołami podstawowymi, dwoma gimnazjami oraz Ośrodkiem Szkolno-Wychowawczym.

Aniołami zostaną bezrobotni, którzy przeszli specjalne szkolenie. Wynagrodzenia dla nich sfinansuje w ramach specjalnego programu Powiatowy Urząd Pracy. Całą akcję koordynuje Urząd Miejski.

Strategia w wariantach

Sześć wariantów miejskiej strategii oświatowej przygotował specjalny zespół powołany przez prezydenta Słupska. Większość z nich przewiduje zmiany restrukturyzacyjne. Tylko jeden nie wiąże się ze zmianami.

– On jest najkosztowniejszy – zdradza członek zespołu. – W przypadku przyjęcia tego rozwiązania, już w przyszłym roku miasto musiałoby dołożyć do oświaty z miejskiego budżetu ponad 15 milionów zł, a w latach następnych nawet blisko 30 milionów zł.

Zespół nie zdecydował, które szkoły zostaną zrestrukturyzowane lub zlikwidowane.

– Ostateczna decyzja będzie zależała od radnych – mówi nasz informator. – Jak radni ją podejmą, to wtedy zostaną ujawnione wszystkie szczegóły.

W piątek chcieliśmy dotrzeć do tekstu strategii, ale okazało się to niemożliwe, bo ma być jeszcze poprawiona.

(maz)

SOBOTA

Pantomima na scenie

SŁUPSK. W Ośrodku Teatralnym Rondo wystąpi Chwilo-wy Teatr L' oblique z Koszalina z impresją pantomimiczną „L'embellie”. W drugiej części wieczoru wystąpi młodzież artystyczna zgromadzona w Rondzie ze spektaklem „Katar w Chinach” według poezji Tadeusza Różewicza. Początek imprezy o godz. 19.15.

Młodzieżowa premiera

SŁUPSK. O godz. 16 w sali kinowej Młodzieżowego Centrum Kultury odbędzie się kolejna premiera młodzieżowego teatru Żaluzja pt. „Animowanie czyli alternatywna biografia Walta Disney'a” autorstwa Waldemara Łysiaka. Reżyseria i opracowanie tekstu Bożena Borek. Wstęp wolny.

NA SPORTOWO

Koszykówka amatorska

Terminarz gier na 29 i 30 listopada:

■ Sobota: godz. 16 UKS Victoria Dębica Kaszubska – Opel Winiarczyk (mecze par), 17.15 Haga SJ – Metabo Kneblewski, 18.30 Czarni 89' – Wojsko Polskie.

■ Niedziela: godz. 10.30 Gimnazjum nr 1 Lębork – Błękitni Bierkowo, 11.15 Honda Igmar/V LO – ZSGIH/Kostol, 13 Aniolki Robina I LO/Peugeot – Gimnazjum 1 Lębork (trzy mecze par), 14.15 Pizzeria Pinocchio – Scania I LO, 15.45 Wilki – Radio Gdańska, 17 Sami Swoi – Olszewski Sławno, 18.15 Fast Way – Lekarz Domowy.

(klin)

Belfer na 6+ rok szkolny 2003/2004

Matematyk sprawiedliwy

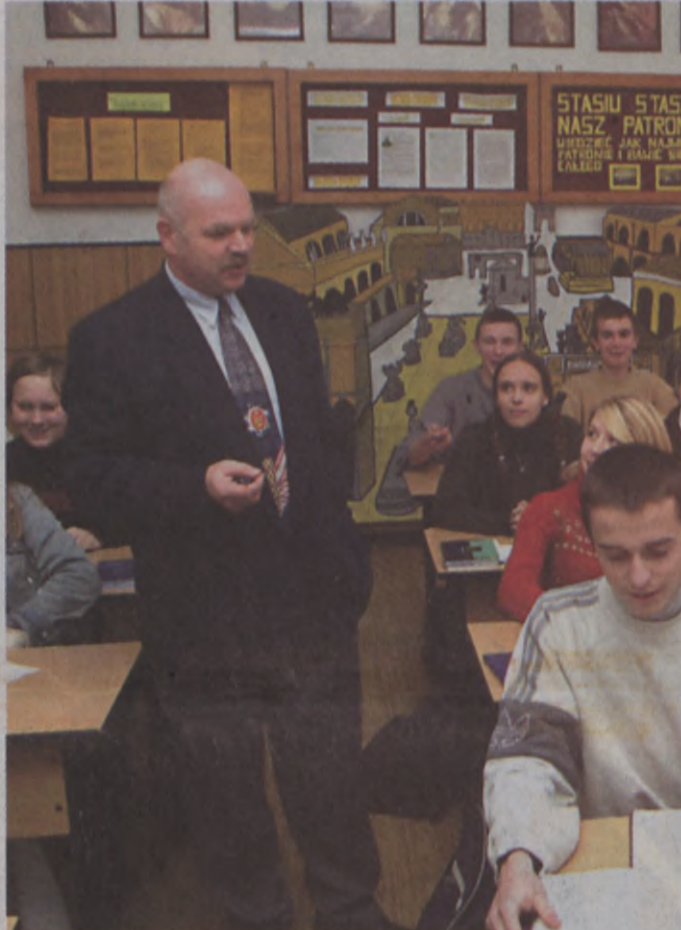
Roman Sikorski z Zespołu Szkół Ekonomicznych i Ogólnokształcących jest najlepszym słupskim nauczycielem. Nasi czytelnicy oddali na niego 1077 głosów. To rekord tegorocznej edycji plebiscytu „Belfer na szóstkę z plusem”.

Roman Sikorski matematykiem został przez przypadek. – Zawsze miałem trudności z tym przedmiotem – opowiada. – Do kształcałem się sam i w końcu wyładowałem na studiach matematycznych.

Superbelfer stawia jedynki, zostawia uczniów na drugi rok w tej samej klasie, ale w oczach podopiecznych i tak ma opinię sprawiedliwego. – Naprawdę trzeba nic nie robić, żeby nie zdać z matematyki – mówią jego wychowankowie. – Jeśli czegoś nie rozumiemy to czasem po piętnaście razy tłumaczy nam jedno i to samo.

Także była uczennica nagrodzonego wykładowcy, obecnie nauczycielka w tej samej szkole, potwierdza opinię wychowanków. – Zawsze miałem dobry kontakt z uczniami – wspomina Joanna Gumienka, która uczy rachunkowości. – W naszej ocenie zawsze był w porządku.

Uczniowie Romana Sikorskiego podkreślają, że choć ich nauczyciel prowadzi lekcje na luzie, to nie oznacza, że mogą się nie uczyć. – Wręcz przeciwnie, jako wychowawca dużo od nas wymaga – mówią. – A my musimy się uczyć, bo matematyka to wciąż przedmiot maturalny.

MALGORZATA
BUDNIK-ŻABICKA

Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

Uczniowie superbelfra zapewniają, że ich nauczyciel jest bardzo wymagający. Podkreślają jednak, że zawsze jest sprawiedliwy.

KOLEJNE MIEJSCA W SŁUPSKICH SZKOŁACH ZAJĘLI:

- Barbara Prystupa (732 głosy) nauczycielka matematyki w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych nr 4
- Wiesław Romański (558 głosy) nauczyciel wychowania fizycznego w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym
- Teodor Rudnik (480 głosów) nauczyciel historii w II LO
- Ilona Skiba-Dąbrowska (376 głosów) nauczycielka matematyki w Szkole Podstawowej nr 4
- Mirosława Nowak (329 głosów) nauczycielka nauczania zintegrowanego w Szkole Podstawowej nr 10
- Marzena Bekier (211 głosów) nauczycielka matematyki w Szkole Podstawowej nr 2
- Ewa Szuchyta (204 głosy) nauczycielka techniki i sztuki w Szkole Podstawowej nr 2
- Barbara Jodko (75 głosów) nauczycielka nauczania zintegrowanego w Szkole Podstawowej nr 1
- Beata Sikla (75 głosów) nauczycielka nauczania zintegrowanego w Szkole Podstawowej nr 10
- Lucyna Walczak (66 głosów) nauczycielka techniki w Szkole Podstawowej nr 10

REKLAMA

WYKORZYSTAJ SZANSE

SŁUPSKIE TARGI NIERUCHOMOŚCI

29-30 listopada 2003

godz. 10.00-17.00

KUPISZ:

- MIESZKANIA
- DOMY
- DZIAŁKI

ul. Kilińskiego 45A

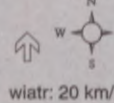
(budynek Banku BPH PBK)

BANK BPH BANK PBK

Patronat medialny **głos Pomorza**

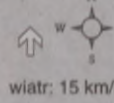
OTWÓRZMY DRZWI MARZENIOM

POGODA W REGIONIE

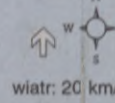
dzisiaj **10°C**
1014 hPa

wiatr: 20 km/h

Zachmurzenie umiarkowane, chwilami wzrastające do dużego z przelotnym deszczem. Temperatura od 8 do 10 st. C. Ciśnienie nieco wzrośnie. W południe 1014 hPa. Wiatr południowy, słaby do 15-20 km/h.

w nocy **8°C**
1014 hPa

wiatr: 15 km/h

jutro **10°C**
1016 hPa

wiatr: 20 km/h

DZIAŁ MIEJSKI

Słupsk al. H. Pobożnego 19
Tel./fax: 842 75 91
e-mail: slupsk@glos-pomorza.pl
Kierownik działu – Zbigniew Marecki

SŁUPSK. Czesi w kaszubskiej kuchni

Gruszka zamiast knedlików

Przez dziewięć dni uczniowie średniej szkoły hotelarskiej z czeskiego Hawro-wa uczyli się, pod okiem słupskich kucharzy, przygotowywać tradycyjne polskie potrawy.

Kilka tygodni wcześniej, w ramach wymiany, grupa uczniów ze słupskiego Centrum Kształcenia Praktycznego przebywała w Czechach. Przywieźli stamtąd certyfikaty, że potrafili gotować po śląsku i czesku. – Wymiana jest możliwa dzięki funduszom pozyskanym z różnych programów – mówi Leszek Matis, dyrektor CKP.

Dziesięcioosobowa grupa młodych Czechów z nauczycielką Heleną Heczkową – technologiem żywienia – zgłębiała tajniki przygotowania żurku, ryb i klusek śląskich oraz pieczenia pierników i makowców. – Najlepsza jest gruszka po słowiańsku, u nas nie ma czegoś takiego – oceniali młodzi hotelarze. Obiecywali, że zaraz

po powrocie do domu przygotowują ten deser bliskim i kolegom. Z kolei polska opiekunka programu Bożena Skrzypek wspominała, jakim zaskoczeniem dla Polaków, którzy pojechali do Czech na praktykę było coś w rodzaju kaszki:

– Była w tym kiszona tapusta z czerwoną fasolą i pieczarkami zaciągniętą śmietaną – wspomina. Pobyt czeskich gości to nie tylko praca. Zwiedzili Ustkę, Gdańsk i Gdynię. W czwartek odbierali certyfikaty potwierdzające, że potrafili gotować po polsku i kaszubsku. Pożegnanie zbiegło się z zajęciami poświęconymi polskimi tradycjom bożonarodzeniowym. Młodzi adepci hotelarstwa i gastronomii spotkali się przy zastawionym stole. Był barszcz z uszkami, ryba po grecku i śledzie. Młodzież przygotowała stoły świąteczne – każdy nakryty i udekorowany w innym stylu.

(law)



Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

Na zakończenie praktyki przygotowano uroczystą kolację iodeczną, której serwowano typowe polskie potrawy.

GŁOS dla serca

głos Pomorza

TELEWIZJA SŁUPSK

Vigor

POLSKA

Podpisy na zdrowie

Prawie tysiąc osób już podpisało się pod listem do ministra zdrowia, w którym domagamy się przyznania angiografu dla słupskiego szpitala.

Listy są wyłożone w przychodniach Miejskiego Zakładu Opieki Zdrowotnej, Kliniki Salus, Powiatowego Obwodowego Lecznictwa Ogólnego oraz w przychodniach Lekarza Domowego. Podpisy (każdy może podpisać się tylko jeden raz) można składać także w naszej redakcji przy ul. Henryka Pobożnego 19.

Na liście należy umieścić swoje imię i nazwisko, adres zamieszkania, numer PESEL oraz podpis.

Wszystkie listy na początku przyszłego roku wyślemy do ministra zdrowia. Każdy podpisał prośbę konkretnej osoby o przyznanie angiografu. Pod listem mogą podpisywać się także osoby repoletnie.

Każdy, kto chce zebrać podpisy w swoim środowisku – zakładzie pracy, szkole, w bloku wśród sąsiadów, na wsi – może złożyć z redakcją „Głosu Pomorza” listy do podpisu. Bliższych informacji udziela Małgorzata Budnik-Żabicka, tel. 842-42-60 (e-mail: mbzabicka@glos-pomorza.pl).

(law)

PROMOCJA

Mikołajkowe poszukiwanie skarbów

Wspaniała zabawa dla dzieci. Mnóstwo prezentów.

Szczegóły **6 grudnia**

głos Pomorza

SŁUPSK

SERDECZNOŚCI



Marta, córka Agnieszki i Dariusza Klak, ur. 19.11.03; waga 2700 g, wzrost 55 cm



Michał, syn Beaty i Andrzeja Jeż, ur. 19.11.03; waga 3150 g, wzrost 54 cm



Maciej, syn Marty i Dariusza Poważyskich, ur. 20.11.03; waga 3800 g, wzrost 58 cm



Syn Katarzyny Podścińskiej i Zbigniewa, ur. 20.11.03; waga 3900 g, wzrost 56 cm



Justyna, córka Zdzisławy i Stanisława Klinkusz, ur. 17.11.03; waga 3850 g, wzrost 52 cm



Filip, syn Moniki i Konrada, ur. 18.11.03; waga 3000 g, wzrost 54 cm



Mateusz, syn Anny i Pawła Pączków, ur. 21.11.03; waga 3150 g, wzrost 54 cm



Syn Anety Szalatkiewicz, ur. 21.11.03; waga 4250 g, wzrost 57 cm



Nikola, córka Małgorzaty i Sławomira, ur. 20.11.03; waga 3700 g, wzrost 57 cm



Martyna, córka Joanny i Andrzeja Szaniawskich, ur. 22.11.03; waga 4090 g, wzrost 56 cm



Córka Krzysztofa i Pawła Elrychów, ur. 22.11.03; waga 2560 g, wzrost 53 cm



Syn Marleny i Grzegorza Bolygów, ur. 24.11.03; waga 3200 g, wzrost 50 cm



Maciej, syn Sylwii i Piotra Cisków, ur. 20.11.03; waga 3700 g, wzrost 56 cm



Nicola, córka Marleny i Dawida Michalaków, ur. 21.11.03; waga 4050 g, wzrost 56 cm



Wiktor, syn Anny i Czesława Krajdów, ur. 25.11.03; waga 2900 g, wzrost 50 cm



Julia i Rafał, dzieci Grzegorza i Marzeny Zammaro, ur. 14.11.03



Filip, syn Anny i Dariusza Rosomackich, ur. 3.11.03; waga 1750 g, wzrost 47 cm



Natalia, córka Ewy i Dawida Nowaków, ur. 25.11.03; waga 3800 g, wzrost 56 cm



Maria, córka Katarzyny i Remigiusza Typiaków, ur. 26.11.03; waga 3380 g, wzrost 55 cm



Córka Marii i Dymitra Galimskich, ur. 25.11.03; waga 3450 g, wzrost 53 cm



Mateusz Józef, syn Katarzyny i Roberta Waskowskich, ur. 22.11.03; waga 3600 g, wzrost 55 cm



Szymon, syn Agnieszki i Krzysztofa Nowickich, ur. 26.11.03; waga 4050 g, wzrost 59 cm



Miłosz, syn Katarzyny i Tomasza Zwołńskich, ur. 25.11.03; waga 2900 g, wzrost 53 cm



Agata, córka Barbary i Arkadiusza Krystoszków, ur. 25.11.03; waga 2940 g, wzrost 51 cm



Olimpia, córka Agnieszki i Michała Druzbów, ur. 26.11.03; waga 3500 g, wzrost 55 cm



Błażej, syn Marianny i Ryszarda Konaszewiczów, ur. 24.11.03; waga 3800 g, wzrost 58 cm



Izabela, córka Agnieszki i Leszka Kleinschmidtów, ur. 25.11.03; waga 3850 g, wzrost 53 cm



Kacper, syn Anety i Krzysztofa Pawlików, ur. 25.11.03; waga 3650 g, wzrost 58 cm



Cyprian, syn Aliny i Artura Fiedorowiczów, ur. 24.11.03; waga 3500 g, wzrost 54 cm

Pół wieku razem



Fot. RYSZARD SIKORSKI
Wiceprezydent Słupska, Andrzej Obecny uhonorował państwa Michała i Wandę Terefenko z okazji 50 rocznicy małżeństwa.

CZY WIECIE
JAKĄ MOC MA NOWY ZAPRZĘG
ŚWIĘTEGO MIKOŁAJA?

MOC PREZENTÓW !!!

369 199
149 79
69 39
189 119
399 249
99 49
269 99
389 199
399 299
99 39
529 229
129 59
399 299

GORE-TEX®

PUMA
puma.com

* oferta ważna do wyczerpania zapasów

FO Gdańsk C.H. Auchan, ul. Szczęśliwa 3, 80-176 Gdańsk, pawilon MS6

INFORMATOR

osiedlowy

USŁUGI

AVON – zostań konsultantką i odbierz atrakcyjne nagrody. 059/844-09-84, 0-607-614-825.

DEZYNSEKCJA, dezynfekcje, deratyzacja. Skutecznie, tanio. Promocja dla firm, 059/842-08-27.

OKNA PCV. Wysoka jakość, atrakcyjna cena. ANSE, Słupsk, Poznańska 79, 0-59/840-30-43.

SPOMASZ – naprawa urządzeń chłodniczych, gastronomicznych, sprzedaż części zamiennych. 842-24-70.

ZAKŁAD tapicerski – tapicerka meblowa i samochodowa. Słupsk, Garmcarska 19, 059/84-12-595.

LEKARSKIE

APTEKA Mariacka 3% rabatu na 100% leki. Jagiello gmach Telekomunikacji.

APTEKA Staromiejska, Stary Rynek 5, czynna 8-20 w sobotę 9-14, 059/84-24-932.

GABINET Stomatologiczny Beata Suchowska, Waryńskiego 4, 842-98-24. Protetyka, leczenie – dzieci.

GABINET Stomatologiczny Krystyna Farbowska-Sass, Waryńskiego 4, 842-98-24. Leczenie również – dzieci.

GABINET Stomatologiczny Robert Suchowski, Piekietko 25, 842-98-24, leczenie, chirurgia, implantoprotetyka.

LABORATORIUM „Sigma” – była Przychodnia Kolejowa, Wileńska 30 – pon. – pt.: 07 – 18, 059/840-38-00.

LABORATORIUM analiz lekarskich Madar-Med, czynne 8-16, sobota 8-12, Stary Rynek 5 (wejście od Bema), 059/842-77-96.

HANDEL

AUTO-COMPLEX „Gambit”, tel. 37-432-06, Szczecińska, Bukowa 3, części do aut zachodnich.

HURTOWNIA Artykułów Elektrycznych „Markoz” – hurt, detal, Słupsk, Kilińskiego 29, 059/84-17-680.

KOMIS MILASZ II RTV, GSM skup, sprzedaż naprawa, akcesoria. Mickiewicza 14.

KUPIE przedwojenne meble, zegary, obrazy, starocie i antyki. 0-506-401-413.

OAZA Ucznia – artykuły papierniczne, gry edukacyjne, zabawki; Zapraszamy, Mickiewicza 9.

SKLEP Motoryzacyjny „Bogdan” – części fiat, daewoo, Słupsk, Mikołajska 5, 059/842-33-37.

BIZNES

AKCEPT – masz problem z dłużnikiem? Zadzwoni. 059/845-30-69, 0-693-064-304, Andersa.

Ogłoszenia w informatorze są płatne. Zgłoszenia: tel. 059 / 840-32-51, 841-17-43

NIEDZIELA

Najmłodszy na scenie

SŁUPSK. Młodzieżowe Centrum Kultury zaprasza w niedzielę o godz. 10 na jedenaste już Konfrontacje Dziecięcych Grup teatralnych. Wstęp wolny.

Msza harcerskie

SŁUPSK. W niedzielę o godz. 9.30 w kościele św. Jacka w Słupsku rozpocznie się msza harcerska. Nabożeństwo zostanie odprawione w intencji zmarłych harcmistrzów.

W I A D O M O Ś C I

osiedlowe

STARE MIASTO. Remont ulicy Bema

Ładniejsza starówka

Zakończył się pierwszy etap modernizacji ulicy Bema.

Jego zwieńczeniem było ustawienie wzdłuż ulicy stylowych lamp.



Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

Część ulicy Bema już zmieniła swoje oblicze. Reszta zostanie wyremontowana jeszcze w tym roku.

Robotnicy skończyli remont odcinka ulicy Bema między Starym Rynekem a ulicą Filmową. Stare płytki chodnikowe zastąpiła kostka brukowa oraz polbruk. – Jesteśmy bardzo zadowoleni z remontu – twierdzi mieszkanka

jednego z okolicznych budynków. – Przeszkadza nam tylko śmietnik. W czwartek rano leżała tam sterta śmieci. Myślę, że tak pięknie wyremontowana ulica to nie miejsce dla niego. Obecnie remontowany jest

drugi odcinek ulicy Bema. W pobliżu przejścia podziemnego powstanie fontanna. Prace zakończą się do końca roku. Natomiast w roku 2004 rozpoczyna się prace przy ulicy Filmowej i Waryńskiego.

(toc)

REKLAMA

plebiscyt NAJLEPSZY SKLEP ROKU 2003



Nazwa sklepu: Pawilon Handlowy „SAMNET” sieci ABC
Asortyment: Artykuły spożywcze, chemiczne, alkohol, nabiał, bułki prosto z pieca.

Aktualne promocje: Bardzo ciekawe promocje przez cały rok! Gazetka sieci ABC, co 2 tygodnie, a w niej atrakcyjne ceny. Promocje połączone z gadżetami. Aktualnie bardzo bogata, „słodka oferta świąteczna”.

„Słowo do klienta”: ABC – SKLEP TOBIE NAJBLIŻSZY. Staramy się do każdego klienta podchodzić indywidualnie. Zapewniamy miłą obsługę, służymy pomocą i dobrą radą. Miły klientcie ZAPRASZAMY – przyjdź do nas już dziś – MIŁO CIĘ ZASKOCZYMY

Adres (położenie): Słupsk, al. 3-go Maja 27
Telefon: 0 59 841 78 82



Sklepy biorące udział w plebiscyście:

- | | | |
|--------------|-------------------|--------------------|
| 1 WANDA | 9 PSS SPOŁEM | 17 WINA ŚWIATA |
| 2 PIASTOWSKI | 10 KOBURG | 18 KLASA |
| 3 KLEMENTYNA | 11 ABC | 19 JUBILER Galeria |
| 4 KRISTI | 12 DEICHMANN | 20 JANTAR |
| 5 ATECOM | 13 SAMNET | 21 JANTAR |
| 6 WANDA II | 14 SAMNET | 22 TAP MEBLE |
| 7 BOMI | 15 SUPERMARKET 34 | |
| 8 VICO | 16 SKIBA | |

Wyślij SMS pod numer 7228

o treści: gp ps nr sklepu koszt SMS 2,44 zł brutto

wysyłaj SMS-y, wycinaj kupony

– WYGRYWAJ NAGRODY!!!

SKLEP ROKU 2003

to:

ponieważ:

Imię, nazwisko i adres głosującego:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

GŁOS Z OSIEDLI

Stała czytelniczka: – Na ulicy Szczecińskiej brakuje przejść dla pieszych. Chodzi mi głównie o odcinek drogi od Urzędu Skarbowego w kierunku Koszalina. Bardzo trudno się tam przechodzi. A przechodzić jest po co, bo znajduje się tam kilka przystanków MZK i PKS, Urząd Skarbowy i wiele innych instytucji i zakładów. Przyjeżdżając np. autobusem ze Sławna trzeba iść aż do skrzyżowania z ul. Koszalińską przejść po pasach, następnie po kolejnych pasach przez ulicę Szczecińską i po następnych przez 11 Listopada, żeby dostać się np. do bloku przy ul. Romera. Myślę, że jedno dodatkowe przejście dla pieszych nie utrudni za bardzo życia kierowcom, a mieszkańcom miasta bardzo pomoże.

Rencistka z Osiedla Niepodległości: – Brawa dla tych, którzy naprawili część chodnika przy ul. Bora-Komorowskiego. Szkoda jednak, że wyremontowano zaledwie kilka metrów. Na osiedlu jest dużo więcej miejsc, gdzie naprawy są jeszcze bardziej potrzebne. Wystarczy spojrzeć na chodnik biegnący wzdłuż budynku przy ul. Bora-Komorowskiego 2 w kierunku banku. Beton z płytek został wypukany, pozostały po nim jedynie dziury. W wielu miejscach w ogóle brakuje płytek. Poruszam się o lasce i zapominam przez wszystkich chodnik strasznie utrudnia mi życie, zresztą nie tylko mi, ale wszystkim osobom niepełnosprawnym i matkom, które wychodzą z dziećmi w wózkach na spacer.

Anna Majkowska: – Bardzo się ucieszyłam widząc, że duży, zaniedbany trawnik przy ulicy Kotarbińskiego jest sprzątany. Trawa została skoszona, uprzątnięte zostały wszystkie śmieci i butelki. I co najważniejsze, zabrane odpady zostały od razu wywiezione, co, niestety, nie zdarza się zbyt często. Niestety już na drugi dzień, przy samym chodniku, ktoś zostawił foliowy worek z kilkoma pustymi butelkami. Szkoda, że nie umiemy dostrzec i szanować czystszej pracy i trudu. Trawnik wygląda teraz schludnie, czy nie może wyglądać tak cały czas? Myślę, że zależy to tylko od nas samych.

(wysl. ago)

OSIEDLE WESTERPLATTE. Przemiarki do przeprowadzki

Lokal dla przychodni



Fot. SŁAWOMIR ŻABICKI

Radni zgodzili się na kupno budynku po przedszkolu wojskowym.

Dom starców albo nowa siedziba dla miejskiej przychodni zdrowia – to najnowsze pomysły prezydenta Marcina Kobylińskiego na zagospodarowanie budynku po przedszkolu wojskowym przy ulicy Westerplatte.

Na ostatniej sesji Rady Miejskiej słupscy radni po burzliwej dyskusji wyrazili zgodę na kupno budynku o powierzchni 466 metrów, małego magazynu i ładnego ogrodu na działce o powierzchni 1604 metrów kwadratowych. Z propozycją jej sprzedaży na rzecz samorządu wystąpiła do prezydenta Agnieszka Mienia Wojskowa. Po negocjacjach zdecydowała się sprzedać miastu nieruchomość wycenioną na 365 tysięcy złotych

za 199 tysięcy złotych. Prezydent uważa, że tej okazji powiększenia mienia komunalnego nie można stracić. Mimo wątpliwości radni, uspokojeni, że do tego lokalu nie zostanie przeniesiona przychodnia dziecięca z alei Sienkiewicza, w większości zgodzili się z jego stanowiskiem.

Teraz prezydent rozważa kilka wariantów zagospodarowania budynku. W grę wchodzi urządzenie w nim nowoczesnego domu starców lub nowej siedziby dla miejskiej przychodni zdrowia mieszczącej się obecnie przy ulicy Mierosławskiego. Komisja Zdrowia Rady Miejskiej patrzy przychylnym okiem na to drugie rozwiązanie.

(maz)

SŁUPSKIE TARGI NIERUCHOMOŚCI

Zdążyć przed podwyżką

Jeśli chcesz kupić lub zamienić mieszkanie, kupić działkę budowlaną, to masz ostatnią szansę, aby zdążyć przed podwyżką cen materiałów budowlanych. Dzisiaj rozpoczynają się Słupskie Targi Nieruchomości.

– Dla słupszczyzan, którzy chcieliby wybudować sobie dom w pięknej okolicy, blisko miasta, mamy do sprzedaży działki budowlane w Siemianicach – mówi Edmund Ścibisz, wicewójt gminy Słupsk. – Oferujemy jedenaście działek o powierzchni od 1300 do 2000 metrów kwadratowych oraz w Jezierzycach. Ponadto inwestorom oferujemy działkę w Redzikowie o powierzchni około 8 tysięcy metrów, a w Bydlinie przy drodze na Ustkę mamy działkę przeznaczoną na handel i gastronomię.

(krab)

PROMOCJA

FORUM internetowe w Twoim mieście

[http://www.słupsk.glos-pomorz.pl](http://www.słupsk.glos-pomorza.pl)

DYSKUSJE
EMOCJE

TELEFONY

ALARMOWE

Policja – 997
Straż Pożarna – 998
Straż Miejska – 986
Pogotowie Ratunkowe – 999
Pogotowie Energetyczne – 991
Pogotowie Gazownicze – 992
Pogotowie Ciepłownicze – 993
Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne – 994

TELEFONY

INTERWENCYJNE

Pogotowie Ciepłownicze
BYTÓW – 822-66-44
CZŁUCHÓW – 843-27-50
LĘBORK – 862-11-81
MIASTKO – 857-28-91
Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne
BYTÓW – 822-22-03
CZŁUCHÓW – 834-25-08
LĘBORK – 862-14-73
LEBA – 866-18-36
MIASTKO – 857-24-69

POMOC DROGOWA

SLUPSK – 981; 844-04-31; 842-79-40; 842-44-40; 811-91-50
BYTÓW – 822-40-32; 822-27-28
CZŁUCHÓW – 834-14-12
LĘBORK – 862-17-87

INFORMACJA

Biuro numerów – 913
Paszportowa – 955
Kolejowa – 94-36
AIDS – 958
PKS – SLUPSK – 842-42-56,
BYTÓW – 822-22-38, CZŁUCHÓW – 834-22-13, LĘBORK – 862-19-72
Bank Informacji – 842-65-48

POGOTOWIE

WETERYNARYJNE

BYTÓW – 822-22-70
LĘBORK – 862-19-63
MIASTKO – 857-29-53
USTKA – 814-42-93

KURS WALUT

Kursy MIAMI „Galeria Podkowa”, ul. Starzyńskiego, Słupsk, tel. 841-70-31

	Skup	Sprzedaż
USD	3,84	4,00
EURO	4,57	4,73
GBP	6,55	6,70
CHF	2,93	3,02

REKREACJA

SLUPSK: Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Szczecińska 99, tel. 843-40-17; 843-40-16 – pływalnia czynna w godz. 6-22
LĘBORK: Centrum Sportu i Rekreacji, ul. Olimpijczyków 31, tel. 862-71-77 – pływalnia czynna codz. w godz. 6-22
SZCZECINEK: Kryta Pływalnia „Aqua-Tur”. Codziennie 7-22 – baseny: sportowy, rekreacyjny, brodzik; zjeżdżalnia, jacuzzi, atrakcje wodne, sauna, solarium, bar, sklepik, tel. 372-96-28

POLICYJNY

TELEFON ZAUFANIA
SLUPSK – 848-01-11
BYTÓW – 822-25-69
LĘBORK – 862-03-00

USŁUGI MEDYCZNE

SLUPSK: Nocne dyżury stomatologiczne, al. Wojska Polskiego 1/14, tel. 840-18-99; 0-606-358-473
Prywatne Pogotowie Stomatologiczne „Vitrodent”, Słupsk, ul. Soldka 2, tel. 841-24-50
NZO Lekarz Domowy, ul. Kółkaj 31, tel. 840-35-50 (budynek Poczty Głównej) – całodobowa; Przychodnia Lekarska, ul. Chelmońskiego 3, tel. 845-61-60 – czynna w godz. 8-19
NZO Klinika SALUS, ul. Zielenia 8, tel. 840-19-40; 840-19-41 czynna w godz. 7-19; Przychodnie POZ: ul. Młyńska 1a, tel. 841-37-63 w godz. 8-19; ul. Mochnackiego 19, tel. 848-26-66; 845-69-99

LĘBORK: Franciszkańska Stacja Opieki Caritas Hospicjum Domowe, ul. Basztowa 8, tel. 863-31-58 czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8.30-14

USŁUGI RÓŻNE

SLUPSK: Pogotowie szklarskie całodobowe, Słupsk, ul. Poniatowskiego 44, tel/fax 842-57-67

ZUS – Płatnik Przekaz Elektroniczny, szkolenie w siedzibie klienta, 0-601-941-463; (0-prefiks-59) 842-33-07
Hotel dla psów (całodobowy) Słupsk, ul. Paderewskiego, tel. 842-84-14, 840-02-21, 0-603-070-170

PIZZA NA TEL.

Bar Norton, ul. Starzyńskiego 2, tel. 848-65-00

Bar Pizzeria Italia, ul. Mickiewicza 48, tel. 842-60-10, czynna 10-22

Bar Pod Kasztanem, ul. Wojska Polskiego 52, tel. 842-70-46 (dowóz tylko do firm)

Chata Macochy, ul. Wojska Polskiego 30a, tel. 840-22-80

Euro-Bar, ul. Tuwima 6, tel. 842-08-77

Kasperiato, ul. Szczecińska 61a, tel. 843-46-33

Pepe, al. Sienkiewicza 7, tel. 840-18-14 (naleśniki francuskie)

Pinocchio, ul. Towarowa 2 (wejście od ul. Szczecińskiej), tel. 841-19-98

Presto, ul. Kotarbińskiego 8a, tel. 845-68-00 (zestawy obiadowe, faktury Vat)

OCHRONA

ELEKTRONICZNA

MONITORING

Lex Crimen (Patrol): Słupsk – 840-28-05; Sławno – 810-48-05; Koszalin – (0-prefiks-94) 342-28-83; Kolobrzeg – (0-prefiks-94) 354-21-67; Białogard – (0-prefiks-94) 312-25-35

POCZTA I TELE-

KOMUNIKACJA

SLUPSK, ul. Kółkaj 31 (całą dobę) tel. 841-30-45; 842-52-47

SOBOTA: Banacha 6, tel. 843-85-15 w godz. 9-15;

11 Listopada 3, tel. 843-47-92 w godz. 9-15; Łukasiewicza 3, tel. 842-77-04 w godz. 9-16; Kilińskiego 42, tel. 842-89-68 w godz. 9-15; ul. Mieszka I/8, w godz. 9-14; ul. Falata 12, w godz. 9-11

BYTÓW, ul. Dworcowa 36, tel. 822-23-00 w godz. 9-14; ul. Zwycięstwa 20, w godz. 12.30-14.30

CZARNE, ul. Parkowa 12, tel. 833-27-37 w godz. 9-11

CZŁUCHÓW, ul. Wojska Polskiego 2, tel. 834-45-50 w godz. 9-14; ul. Drzymały 11, w godz. 8.30-10.30; ul. Kraszewskiego 4, w godz. 11.30-13.30

DAMNICA, ul. Szkolna 1, tel. 811-30-20 w godz. 8-10

DEBNICA KASZUBSKA, ul. Zjednoczenia 18, tel. 813-12-00 w godz. 8-10

DEBRZNO, Plac Poczty 1, tel. 833-53-62 w godz. 10-12

GŁÓWCZYCE, ul. Dworcowa 7, tel. 811-60-20 w godz. 8-10

KĘPICE, ul. Sikorskiego 15, tel. 857-62-88 w godz. 10-12

KOBYLNICA „REAL”, tel. 0-602-781-895 w godz. 12-19, ul. Główna 44, tel. 842-96-41 w godz. 9.30-11.30

LĘBORK, ul. Armii Krajowej 11, tel. 862-22-16 w godz. 9-14; ul. Dworcowa 7, tel. 862-42-40 w godz. 9-13

LEBA, ul. Tadeusza Kościuszki 23, tel. 866-15-63 w godz. 8-15

MIASTKO, ul. Armii Krajowej 37, tel. 857-21-26 w godz. 9-14; Os. Niepodległości 22, w godz. 11-13

PRZECHELEWO, ul. Człuchowska 9, tel. 833-45-92 w godz. 9-11

RZECZENICA, ul. Człuchowska 28, tel. 833-17-20 w godz. 9-11

SMOLDZINO, ul. Mostnika 4, tel. 811-73-20 w godz. 8-10

USTKA, ul. Marynarki Polskiej 47, tel. 814-44-04 w godz. 9-16; ul. Kopernika 22, w godz. 8-10; ul. Reja 5a, w godz. 8-10

BYTÓW – „Rodzinna”, ul. Lęborska 13, tel. 822-72-02

CZŁUCHÓW – sobota: „Nowa”, ul. Sobieskiego 1, tel. 843-11-78; niedziela: „Obelisk”, ul. Długosza 29, tel. 834-17-52

LĘBORK – sobota: „Sit Saluti”, ul. I Armii WP, tel. 862-53-

00; niedziela: „Bluszczowa”, ul. Czołgistów, tel. 863-32-05

LEBA – „Słowińska”, ul. Kościuszki, tel. 866-13-65

MIASTKO – „Rodzinna”, ul. Wybickiego 30, tel. 857-87-25

USTKA – sobota: „Jantar”, ul. Grunwaldzka 27a, tel. 814-46-72; niedziela: „Panaceum 013”, ul. Kopernika 18, tel. 814-43-67

WICKO – „Pod Agawą”, tel. 861-11-14, w godz. 8.15-17

WYSTAWY
SLUPSK: MUZEUM POMORZA ŚRODKOWEGO

Zamek Książąt Pomorskich, ul. Dominikańska 5-9, czynne w godz. 10-16: Skarby Książąt Pomorskich; Sztuka dawna Pomorza od XIV do XVIII wieku; salon Sztuki XIX i XX; Młyn Zamkowy: Kultura ludności autochtonicznej Pomorza; Szlaku Zachód osadnicy; Tęczy świat bajek; Herbaciarnia w Spichlerzu, czynna codz. 10.30-21: Puls jazzu w fotografii Bartosza Arszyskiego; Galeria Kameralna, ul. Partyzantów 31a; czynna w godz. 8-16 w soboty i niedz. w godz. 10-18: Wojciech Leder – Obrazy; Baszta Czarownic, al. F. Nullo 8, w godz. 10-17: Mieczysław Wejman (1912-1997) – grafika i malarstwo z kolekcji Muzeum Sztuki Współczesnej w Radomiu

BYTÓW: Muzeum Zachodnio-Kaszubskie, tel. 822-26-23 w godz. 10-17: Kultura materialna Kaszubów bytowskich; Portrety Książąt Zachodniopomorskich; Barbara Ur – rzeźba, Andrzej Piwarski – malarstwo

KLUKI: Mzeum Wsi Słowińskiej, tel. 846-30-20 w godz. 9-15 (7 listopada, piątek nieczynne); Architektura i kultura materialna Słowinów; Pomorskie plenery

LĘBORK: Muzeum, tel. 862-24-14, sobota w godz. 10-15, niedz. godz. 9-14: Lębork w zabytkach i dokumentach (Lębork na starej fotografii); Alfred Lubocki – prace ludowe; Rzemiosło w pradziejach; Chęć kaszubska; Gabinet Paula Nipkowskiego (twórca telewizji); Słowo i Papier Korespondencja z przełomu XIX i XX wieku ze zbiorów Krzysztofa Macieja Kowalskiego; Galeria Stronie Schody: Za świętą sprawę – „Żołnierze Łupaszki”

SMOLDZINO: Muzeum Przyrodnicze Słowińskiego Parku Narodowego, tel. 811-73-68 czynne po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym

USTKA: Bałtycka Galeria Sztuki, ul. Żurawia 1a, czynna w godz. 10-18: Aam Garnek – pojazd, machina, urządzenie

KINA
SLUPSK: MILENIUM tel. 842-51-91: Sala A – Gdzie jest Nemo, godz. 14.30 i 16.30 (sob. niedz. dod. godz. 12.30); Pan i władca na krańcu świata, godz. 18.30 i 21; Sala B – Pan i władca na krańcu świata, godz. 15.30; To właśnie miłość, godz. 18 i 20.30

MCK: REJS – sobota: Dogville, godz. 18

BYTÓW: ALBATROS – Stara Bań, godz. 18

CZŁUCHÓW: UCIECHA – Naciągacz, godz. 18

USTKA: DELFIN – Zróbmy sobie wnuka, godz. 19

USŁUGI POGRZEBOWE
SLUPSK: „KALLA”, ul. Armii Krajowej 15, tel. 842-81-96; 0-601-928-600; infolinia bezpłatna – 0-800-186-750

„HADES”, ul. Kopernika 15, tel. 842-98-91; całodobowo 0-601-663-796

„ZIELEŃ”, tel. 842-30-42, (całodobowo) tel. 0-502-525-005

„HERMES”, ul. Obrońców Wybrzeża 1, (całodobowo) tel. 842-84-95; 0-604-434-441.

O wszelkich zmianach prosimy informować: tel. 842-51-95 lub pod adresem Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19.

(teb)

SOBOTA

TVP 1

6.30 Rok w ogrodzie
7.00 Agrolinia - pr. rolniczy
8.00 Wiadomości
8.10 Prognoza pogody
8.15 Archiwum Zacka (16)
8.35 Ziarno - pr. dla dzieci
9.00 Lippy & Messy - kurs języka angielskiego dla dzieci
9.10 5-10-15 - program dla młodzieży
9.35 Walt Disney przedstawia: Legenda Tarzana - serial anim.; Zorro (19, 20) - serial
10.55 Kolejka - lista przebojów
11.20 Podróżnik: Gedi
11.40 Moda jak pogoda: Teresa Rosati
12.00 Zabawy językiem polskim - teleturniej
12.30 Miliard w rozumie - teleturniej
13.00 Wiadomości
13.10 Polska w Białym Domu
13.25 Zwierzęta świata: Psia konspiracja (2-ost.) - film dok.
14.00 Dzieciaki do wynajęcia - komedia, ameryk.-kanad. 1995, reż. Fred Gerber
15.30 Ostatni Zayaz: Zemsta jest rozkoszą bogów - pr. rozrywk.
16.00 Między nami - talkshow
16.30 Moda na sukces (2071) - telenowela
17.00 Teleexpress
17.20 Sportowy Express
17.25 Gość Jedyński
17.40 Plebania (357) - serial
18.10 Studio sport: Zawody Pucharu Świata w skokach narciarskich w Kuusamo
19.45 Wieczorynka: Bob Budownicz
20.00 Wiadomości
20.20 Sport: Pogoda
20.45 Na fali - film sensac., USA 1991, reż. Kathryn Bigelow
22.50 Kobieta... - gala wielkiej kampanii życia - koncert
23.40 Łowca nagród - film sensacyjny, USA 1993, reż. Kurt Anderson
1.05 Niesamowite przygody Super Dave'a - komedia, USA 2000, reż. Peter MacDonald
2.35 Zakończenie programu

TVP 2

6.50 Studio urody - mag.
7.00 Echo tygodnia
7.30 Spróbujmy razem - magazyn
8.00 M jak miłość (154)
8.50 Drapieżcy (4/6) - serial dokumentalny
9.20 Ojczyzna-polszczyzna: O Kościuszcze, Fredre, Matejce
9.45 Kreciolo - program dla młodzieży
10.10 Wędrówki przyrodnicze: Komando Foki - serial dokumentalny
10.40 Flintstonowie - serial animowany
11.05 Animals - magazyn
11.40 Caddie - melodramat, austral. 1976, reż. Donald Crombie
13.30 30 ton! Lista, lista - lista przebojów
14.00 Familiada - teleturniej
14.30 Złotopolscy (547) - telenowela
15.00 Wielka gra - teleturniej
16.00 Koncert jubileuszowy z okazji 70-lecia urodzin Krzysztofa Pendereckiego
17.10 Rzykanci 3 (5/15) - reality show
18.00 Program lokalny
18.30 Panorama
18.55 Prognoza pogody
19.10 Świat obok nas: Władca imperium zła - film dokumentalny
20.00 Europa da się lubić...: Wielkie manewry - talkshow
21.00 Herbatka u Tadka - program rozrywkowy
21.50 Słowo na niedzielę
22.00 Panorama
22.20 Sport telegram
22.25 Prognoza pogody
22.40 Amok - film obycz., pol. 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, wyk. Mirosław Baka, Rafał Maćkowiak
0.25 Prawdziwa historia Bonnie i Clyde'a - dramat sensacyjny, USA 1992, reż. Gary Hoffman, wyk. Tracey Needham, Dana Ashbrook
1.55 Policjanci z Hamelin - dramat kryminalny, kanad. 1994, reż. Arvi Limatainen, wyk. Ron White, Shaun Johnston
3.30 Zakończenie programu

POLSAT

6.00 Poplista
7.00 Twój lekarz - magazyn medyczny
7.15 Wystarczy chcieć - magazyn medyczny
7.30 Magazyn religijny
8.00 Ed, Edd, Eddy (26), Strażnicy czasu (24) - serie animowane
8.30 Piesek Poochini (18) - serial animowany
9.00 Hugo - program dla dzieci
9.30 Mop Man - magazyn muzyczny
10.30 Samo życie (284-287)
12.30 Czarny pies czy biały kot - talkshow
13.30 Domowa kawiarenka - magazyn kulinarny
14.00 Benny Hill - program rozrywkowy
14.30 Najzabawniejsze zwierzęta świata - program rozrywkowy
15.00 4 x 4 - magazyn motoryzacyjny
15.30 Fundacja PolSat
15.45 Informacje
16.00 Prognoza pogody
16.10 Niezakazane reklamy - program rozrywkowy
16.40 Idol 3 Extra - program rozrywkowy
17.30 Boston Public 2 (35) - serial obyczajowy
18.30 Informacje, Sport
19.00 Prognoza pogody
19.05 Rosyjska ruletka - teleturniej
20.00 Bar bez granic - gorące krzesła - reality show
21.30 Studio LOTTO
21.40 Młode lata 9 (123): Mur czyli zemsta - serial komediowy
22.35 Bar bez granic - wyniki - reality show
23.00 Drapieżca - horror, ameryk.-ang.-meksyk.-czes.-słow. 1999, reż. Antonia Bird, wyk. Guy Pearce, Robert Carlyle
1.10 Wstrząsy 2 - wielkie lamy wróciły - horror komediowy, USA 1995, reż. S.S. Wilson, wyk. Fred Ward, Christopher Gartin
3.10 Eksperyment Jasnoludzi - magazyn (powt.)
4.05 Muzyka na bis
5.20 Zakończenie programu

TVN

6.00 Telesklep
7.45 Szczególne lata Toma i Jerry'ego (7, 8, 9/52) - serial animowany
9.00 Automaniak - magazyn motoryzacyjny
9.30 Tele Gra - teleturniej
10.30 VIVA Polska! (192-196) - serial obyczajowy (powt.)
14.00 Jak tyse konie - program rozrywkowy
15.15 Dla ciebie wszystko - program rozrywkowy
16.40 Druga twarz - program rozrywkowy
17.45 Chwila prawdy - program rozrywkowy
19.00 TVN Fakty
19.25 Sport
19.35 Pogoda
19.40 Uwaga! - magazyn
20.00 Twoja droga do gwiazd - program rozrywkowy
21.30 Prawdziwa zbrodnia - film sensacyjny, USA 1999, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Isaiah Washington
Reporter Steve Everett traci intratną posadę w Nowym Jorku. Z pomocą przychodzi mu przyjaciel Alan Mann, redaktor naczelny wydawanej w Oakland „Trybuny”. Wkrótce dobiegnie dziennikarz otrzymane niecodzienne zadanie: ma przeprowadzić wywiad z oczekującym na egzekucję mordercą Frankiem Beahumem. Kiedy do wykonania wyroku pozostaje zaledwie dwadzieścia godzin, Everett zaczyna zdawać sobie sprawę, że jego rozmówca jest niewinny. Postanawia pomóc Beahumowi nim będzie za późno.
0.05 Uniwersalny żołnierz III - Nowyrozważane rachunki - film SF, kanad. 1998, reż. Jeff Woolnough, wyk. Matt Battaglia, Chandra West
2.00 Nic straconego - programy powtórkowe

NIEDZIELA

TVP 1

6.30 Moda na sukces - telenowela (powt.)
6.50 Europa bez między
7.40 Papius (8): Ziola życia - serial anim.
8.05 W cztery oczy - program dla dzieci
8.35 W świecie mitów (2/13) - serial fantasy
9.20 Lippy & Messy - kurs języka angielskiego dla dzieci
9.25 Teleranek
9.55 Gamebox
10.25 Od przedszkola do Opola: Stan Borys
10.55 Myślisz o kimś? - Wybierz teledysk!
11.25 Od A do Zdrówka
12.00 Anioł Pański - transmisja
12.15 Księżka na jesień
12.25 Tydzień - magazyn relacyjny
13.00 Wiadomości
13.10 Co pani na to? - pr. publicystyczny
13.40 Kochamy polskie serie - teleturniej
14.10 Niespotkanie spokojny człowiek - komedia obyczajowa, pol. 1975, reż. Stanisław Bareja
15.10 Niczyj Stan Borys - reportaż
15.40 Czas na dokument - BBC w Jeddynie: Goryl - film dok.
16.30 Trop sekret - magazyn
17.00 Teleexpress
17.20 Sportowy Express
17.25 Dziennik telewizyjny - program satyryczny
17.35 Śmiechu warte Lokatorzy: Strach ma wielkie oczy - serial komediowy
18.30 Jaka to melodia?
19.00 Wieczorynka: Kubusiowe opowieści
19.30 Wiadomości
19.50 Sport: Pogoda
20.10 Tak czy nie? - podsumowanie głosowania
20.15 Tak czy nie? (7) - serial kryminalny
21.15 Spełniamy marzenia - magazyn
21.50 Czas na dokument: Ballada o lekkim zabarwieniu erotycznym (9)
22.20 Gra pozorów - dramat sensacyjny, ang. 1992, reż. Neil Jordan
0.15 List - dramat obyczajowy, pol.-bos.-herceg. 2001, reż. Denijal Hasanović
1.10 Zakończenie programu

TVP 2

7.00 Film dla niesłyszających: Białe tango (5/8): Koncert - serial
7.55 Słowo na niedzielę
8.00 M jak miłość (155)
8.50 Nie tylko dla komandosów - program wojskowy
9.20 Poranek muzyczny: Muzyka Meksyku - koncert
10.00 Złota dwunastka oper
10.15 Podróż w czasie i przestrzeni: Tajemnice Wielkiego Muru - film dokumentalny
11.15 Podróż kulinarne Roberta Makłowicza: Rejs dobrego smaku - magazyn kulinarny
11.55 Pan Hobbs jedzie na wakacje - komedia, USA 1962, reż. Henry Koster
14.00 Familiada - teleturniej
14.30 Złotopolscy (548): Już nie żyjesz, Jemioł - telenowela
15.00 Bezludna wyspa: Piotr Garlicki, Włodzimierz Matuszak, Maciej Kozłowski - program rozrywkowy
16.00 Na dobre i na złe (157) - serial obycz.
17.00 Święta wojna: Ślaski krupniokier - serial komediowy
17.30 7 dni - świat - pr. publicystyczny
18.00 Program lokalny
18.30 Panorama
18.50 Prognoza pogody
19.05 Losowanie finałów Mistrzostw Europy w piłce nożnej
19.35 Tylko futbol - magazyn sportowy
20.00 XXXIX Studencki Festiwal Piosenki: Rozpacz szpiega - Kabaret
20.55 Tylko tato - telenowela dokumentalna
21.30 Anna Dymna - spotkajmy się
22.00 Sport telegram
22.25 Prognoza pogody
22.35 Losowanie audiotęte Złota dwunastka oper: Borys Godunow - dramat kostiumowy, franc.-hiszp.-jag. 1989, reż. Andrzej Żuławski
0.45 Zakończenie programu

POLSAT

6.00 Mop Man - magazyn muzyczny
7.00 4 x 4 - magazyn motoryzacyjny
7.30 Repe, które leczą - magazyn
8.00 Lochy i smoki (5) - serial animowany
8.30 Piesek Poochini (19) - serial animowany
9.00 Hugo - program dla dzieci
9.30 Poplista
10.25 Słoneczny patrol 8 (141) - serial przygodowy
11.25 Podaruj Dzieciom Słońce
11.35 Młody Indiana Jones: Jastrzębie atakują - film przygodowy, USA 1995, reż. Ben Burt, wyk. Sean Patrick Flanery, Ronny Coutteure
13.40 Nędznicy (1) - dramat społeczny, franc.-wł. 2000, reż. Josee Dayan, wyk. Gerard Depardieu, John Malkovich
15.35 Podaruj Dzieciom Słońce
15.45 Informacje
16.00 Prognoza pogody
16.05 Buffy - postrach wampirów 2 (24) - serial przygodowy
17.00 Z kamerą wśród ludzi - talkshow
17.55 Rodzina zastępcza (152): Fizyczne problemy - serial komediowy
18.30 Informacje, Sport
19.00 Prognoza pogody
19.05 Uwaga Hotel! - program rozrywkowy
20.05 Idol 3 - program rozrywkowy
21.30 Studio LOTTO
21.40 24 godziny (13) - serial sensacyjny
22.35 Idol 3 - wyniki - program rozrywkowy
22.55 Kuba Wojewódzki - talkshow
24.00 Raport specjalny Buffy - postrach wampirów 2 (23) - serial przygodowy (powt.)
1.25 Magazyn sportowy - I Liga Siatkówek Mężczyzn
5.30 Zakończenie programu

TVN

5.55 Telesklep
7.35 Szczególne lata Toma i Jerry'ego - serial animowany
8.25 Zdrowie - magazyn
8.55 Rodzinne gniazdo - film obyczajowy, kanad. 1997, reż. Bobby Roth, wyk. Carl Shyne, Briggita Dau
10.50 Zaginiony grobowiec - film przygodowy, USA 1997, reż. Jonathan Winfrey, wyk. Brock Pierce, Kimberlee Peterson
12.50 Twoja droga do gwiazd - program rozrywkowy
14.15 Co za tydzień - mag.
14.40 Niesforna Zuzia - komedia, USA 1991, reż. John Hughes, wyk. James Belushi, Kelly Lynch
Niesforna Zuzia ma dziewięć lat i tysiące szalonych pomysłów. Wraz ze swym opiekunem Billem Dancerm dziewczynka wiezie życie bezdomnego trampka, dla którego każdy dzień jest walką o przetrwanie i jednocześnie wielką przygodą. Pewnego dnia młoda i piękna prawniczka Grey Ellison potrąca samochodem Billa. Nie chcąc nadawać sprawę rozgłosu, zdenerwowana kobieta zabiera ich do swego luksusowego domu.
16.45 Ale plama - program rozrywkowy
17.15 Usterka (powt.)
17.45 Jak tyse konie - program rozrywkowy
19.00 TVN Fakty
19.25 Sport
19.35 Pogoda
19.40 Uwaga! - magazyn
20.0

Dwanaście lat temu odszedł Freddie Mercury...

A show trwa!

- To koniec. Nie ma sensu grać dalej. Nikt nie zastąpi Freddiego - 12 lat temu oświadczył Roger Taylor, perkusista grupy „Queen”. Mylił się. Show ma sens i trwa.

„Invisible Hope” - to tytuł nowej piosenki grupy „Queen”. Zespół miał ją zagrać wczoraj wieczorem, podczas koncertu charytatywnego w południowoafrykańskim Cape Town. Dochód z imprezy przeznaczony zostanie na walkę z epidemią HIV w Afryce. W imprezie udział zapowiedzieli najwięksi gwiazdorzy

FREDDIE MERCURY

właściwie - Frederick Bulsara
urodzony - 5 września 1946,
Zanzibar
szkoła - Ealing College of Art
zmarł - 24 listopada 1991

wielkie stadiony, to ich zasługa. Ale przede wszystkim Freddiego.

Na scenę wychodził przebrany za królową, albo panienkę z ulicy, statecznego Anglika, albo szalonego lekkoducha. Z niespotykaną łatwością przeistaczał się w inną osobę. Wciąż pozostając sobą. Był nie tylko znakomitym wokalistą, ale także aktorem. - *Fred śpiewa całkiem ciekawą balladę, potem leci ciężki rock, a dalej jeszcze coś innego* - Brain May mówił o jednej z pierwszych płyt.

Wiele lat później, swoją wokalną uniwersalność Freddie potwierdził na płycie „Barcelona”, na której śpiewał z Monserrat Caballe, divą operową. To był szczyt jego solowej kariery. Najważniejszy był jednak zespół.

Miłość jest dla mnie jak rosyjska ruletka

- Nie lubię wracać do pustego łóżka. Miałem wielu kochanków: mężczyzn i kobiety - wyznał kiedyś. Za tę otwartość do dziś jest idolem homoseksualistów z całego świata. Był ryzykantem. Najprawdopodobniej to podczas jednej z takich przygodz Freddie zaraził się HIV.

O chorobie lidera „Queen” świat dowiedział się 23 listopada 1991 roku: W związku z trwającą od ponad dwóch tygodni falą domysłów pragnę potwierdzić, że jestem nosicielem wirusa HIV i choruję na AIDS - oświadczył Freddie Mercury. Następnego dnia już nie żył.

Ostatnią płytą „Queen” jest „Made in Heaven”. Ukazała się, zgodnie z życzeniem Freddiego, dopiero cztery lata po jego śmierci. Trasy koncertowej nie było. Grupa wystąpiła jednak kilka razy na imprezach charytatywnych. Dochód ze znowu ich singli, tak jak cały majątek Freddiego, przeznaczony został na walkę z AIDS.



rocka, m.in. Bono, Peter Gabriel, Anastacia... Nie zaśpiewał tylko Freddie Mercury. Jego głos na zawsze zamikł 12 lat temu. Zabraną przez AIDS.

Sam kieruję swoim życiem

W „Invisible Hope” śpiewa Roger Taylor, perkusista „Queen”. Ten sam Taylor, który 12 lat temu, tuż po śmierci Freddiego, przekonywał, że dalsze istnienie zespołu nie ma sensu. Dziś już wie, że ma nie tylko sens, ale także misję do spełnienia. Grupa istnieje właśnie dla takich imprez jak ta wczorajsza w Cape Town. Bez Freddiego, ale dla takich jak on - chorych na AIDS.

W poniedziałek minęła 12. rocznica śmierci Freddiego Mercury. Jednej z najbardziej barwnych i ekscentrycznych postaci w historii muzyki. Jedyny w swoim rodzaju Freddie miał skłonność do życia w luksusie, przepychu, tworzenia

wokół siebie otoczki skandalu, ale przede wszystkim miał ogromny talent wokalny.

- W szkole artystycznej uczył się specyficznej wrażliwości, uczył się, jak to robić, aby zawsze o krok wyprzedzać panującą modę - Brian May i Roger Taylor usłyszeli od Freddiego, kiedy postanowili założyć zespół „Queen”. Zresztą to właśnie on wymyślił tę nazwę. Do stoją i wspaniale brzmią. Tak w 1972 roku zaczęła się historia trójki chłopaków, którzy chcieli odnieść muzyczny sukces. Chwilę później dołączył do nich John Deacon, basista.

Uwielbiam królową. Też wywołuje skandale

Receptą na sukces była muzyka łącząca pop z mocnym uderzeniem Led Zeppelin i skandalizującą otoczką. Brian był mistrzem gitary, Freddie - skandalu. To, że w ciągu zaledwie kilku lat, „Queen” zamieniło koncerty w szkołach i klubach na

WYBRANA DYSKOGRAFIA

Queen:

- 1973 - Queen
- 1974 - Sheer Heart Attack
- 1975 - A Night At The Opera
- 1976 - A Day At The Races
- 1978 - Jazz
- 1980 - The Game
- 1984 - The Works
- 1986 - A Kind Of Magic
- 1989 - The Miracle
- 1991 - Innuendo
- 1995 - Made In Heaven

solo:

- 1985 - Mr. Bad Guy
- 1988 - Barcelona

W jednym z wywiadów Mercury zdradził swoje motywy zajmowania się muzyką: - *Myślę, że chodzi tutaj o długowieczność.*

DANIEL DREYER
■ Śródtytuły są cytaciami z wypowiedzi Freddiego Mercury.

TO JEST PRZEBÓJ

Zakamarki duszy

Hey wraca po dwóch latach w wielkim stylu. Praktycznie każdy z trzytętnu utworów na „Music, music” może stać się wielkim przebojem.



Ci, którzy spodziewają się ostrego, gitarowego uderzenia - takiego jak na „Ho” czy „Fire”, trochę się jednak zdziwią. Gitary, owszem są, ale to już zupełnie inny Hey. Odrodzony, bowiem po odejściu Piotra Banacha - gitarzysty i twórcy większości kompozycji zespołu - wielu wieszczło rychły koniec jednej z najciekawszych polskich grup. Sama Kasia Nosowska stwierdziła, że Hey umarł. Teraz jednak okazuje się, że twierdzenia te okazały się bardzo przedwczesne. Paweł Krawczyk, który zastąpił Banacha, tchnął w zespół nowego ducha.

„Music, music” to płyta pełna nowoczesnych, ale jednocześnie bardzo inteligentnych dźwięków. Muzycy zaskakują - utwory rozwijają się w zupełnie niespodziewanych kierunkach, a na całej płycie jest tyle różnorodnych pomysłów na granie, że innym wykonawców starczyłoby ich chyba nawet na kilka albumów, co nie zdarza się za często polskim wykonawcom, na „Music, music” są naprawdę dobre teksty. Kasia Nosowska przedstawia bardzo osobiste zakamarki swej duszy. Śpiewa o miłości, ale śpiewa też o swej zwykłej codzienności. Bawi się słowami, buduje dziwne rymy. O tej płycie nie można zbyt wiele pisać - jej trzeba po prostu posłuchać. I każdy z czterdziestu utworów ma szansę stać się hitem. (szym)

Fot. INTERNET

T.LOVE

Klip komputerowy

„Polish boyfriend” - to tytuł najnowszego hitu grupy T. Love. I gry komputerowej, która powstała na podstawie scenariusza teledysku nakręconego do piosenki.

Kto widział klip do piosenki „Polish boyfriend”, wie, że członkowie „T. Love” pojawiają się w nim jako bohaterowie gry komputerowej. Nie wszyscy jednak wiedzą, że ta gra rzeczywiście istnieje! Można ją ściągnąć z Internetu, wklepując do komputera adres: www.pomatonemi.com.pl/elementy-files/1069117051318-tlove1-new.exe.

Już po chwili każdy może cieszyć się prostą, ale za to bardzo zabawną grą, która „polega na tym, aby zaliczyć jak najwięcej lasek”. Łatwo jednak nie będzie, bo „w tym zadaniu przeszkadzają wrogowie, którzy będą chcieli Ciebie ukatrupić”.

Do dyspozycji mamy trzy poziomy muzyczno-komputerowy zabawy na deszczowe jesienne wieczory. (dd)

VIDEOTEKA

Transporter

Komandos w stanie spoczynku i stosunkowo młodym wieku mieszka samotnie w domu nad brzegiem morza. Wiedzie mu się nieźle, bo pracuje jako kurier. Od czasu do czasu, trzymając się określonych przez siebie zasad i nie zadając zbędnych pytań, przewozi różne przesyłki pod wskazany adres. Pewnego dnia łamie zasadę i otwiera przesyłkę. Zaczynają się kłopoty, bo w wielkiej torbie znajduje... związaną piękną Azjatkę.

Film na podstawie scenariusza Luca Bessona. Jest w zamyśle podobny do innych filmów tego reżysera - szybki, głośny, z mnóstwem samochodowych kłótni, głupimi do bólu gliniarzami i wspaniałym herosem. Obraz obfituje też w sztampowe, potwornie naiwne sceny. Postacie są papierowe i niedookreślone, łatwo można przewidzieć, co się za chwilę wydarzy. Atutem filmu są niezłe zdjęcia, dynamiczna muzyka i dobre sceny walk - Jason Statham wymachuje nogami niczym Van Damme. Typowe kino akcji.

reż. Corey Yuen; obsada: Jason Statham, Qi Shu, Matt Schulze, Francois Berleand; film akcji, Francja; dystrybucja: Imperial.

Memento

Film opowiada o cierpiącym na ciężki zanik pamięci mężczyźnie, który budząc się każdego ranka nie pamięta, co działo się wczoraj. W dodatku ów pan szuka morderców żony. Aby przypomnieć sobie wydarzenia minionych dni, robi sobie tatuaże i zapiski.

Obraz rozmiła się chronologią, jest bardzo enigmatyczny i czasem trudno się w nim połapać. Ale to dzieło wyjątkowo oryginalne, o pomysłowo przedstawionej fabule, które na dłużej zostaje w pamięci. No i ten mroczny klimat, potęgowany przez charakterystyczne zdjęcia i muzykę... Inne plusy to dobra gra aktorska - świetnie spisuje się Guy Pearce i Carrie-Anne Moss, ale najlepszy jest Joe Pantoliano.

reż. Christopher Nolan; obsada: Guy Pearce, Carrie-Anne Moss, Joe Pantoliano, Mark Boone, Stephen Tobolowsky; thriller, USA; dystrybucja: Monolith.

Spirited Away - w krainie bogów

Chihiro jedzie z rodzicami do nowego miejsca zamieszkania. Początkowo wydaje się, że będzie to kolejna typowa japońska kreska. To wrażenie opuszcza nas po kilku minutach, kiedy dostrzegamy w mijanym lesie dziwne posągi. Rodzinka trafia do tajemniczej, opuszczonej osady. Wyglądali rodzice rzucając się na napotkany w pustym domu suto zastawiony stół i... przemieniają w tłuste świny. Dziewczynka zostaje sama. Okazuje się, że trafiała do świata duchów, dokąd przybywają bóstwa z innych światów.

Wszystko w tym filmie jest zachwycające, zaskakujące, oryginalne. Galeria postaci jak z dziwnego snu albo fantastycznej wizji. Podobnie wygląda całe otoczenie - zadziwiająco pomieszczenia, labirynt przejść, schodów i wind. To niby „tylko” kreskówka, ale porusza - bez nachalnego, dziecięcego moralizatorstwa - bardzo ważne kwestie: przyjaźni, miłości, poświęcenia, szczerości, odwagi. Mogą ją oglądać dzieci, ale nie jestem pewna, czy to film dla nich. Nawet jeśli nie lubi się anime, można od razu zakochać się w tym filmie. Jest to bowiem arcydzieło pod wszystkimi względami, które w pełni zasłużyło na Oscara.

reż. Hayao Miyazaki; animowany, Japonia; dystrybucja: Monolith.

Matrix Reaktywacja

Nasi bohaterowie ponownie stają do walki z maszynami, które próbują dostać się do Syjonu. Mają niewiele czasu. Niektórzy wierzą w rozwiązania siłowe, inni - jak Morfeusz - w moc Wybrańca... Neo podejmuje wyzwanie. Rozmawia z Wyrocznią, walczy z agentem Smithem - a właściwie z wieloma agentami, toczy boje z nowymi wrogami i programami, spotyka piękną kobietę i dociera do... - nie zdradzę, dokąd. Czy uda się uratować Syjon?

Dopracowane walki, karkołomne pościgi, nowe, oryginalne postaci i umiejętności Neo, to zalety tego obrazu. Bohaterowie wykonują nieprawdopodobne ewolucje - na przykład na dachu rozpędzonej ciężarówki. Wrogowie nie są gorsi. Niektórzy potrafili się klonować, inni zmieniać w coś na kształt duchów czy impulsów elektrycznych. Efekty specjalne ogląda się z zapartym tchem. Brak jednak świeżości, głębi i zabawy konwencją, cech tak charakterystycznych dla „Jedynki”. Jest też parę naiwnych scen, które, nic nie wnosząc do fabuły, tylko ją wydłużają. Osoby spodziewające się, że film będzie tak przełomowy, jak jeszcze pierwsza, rozczarują się.

reż. Andy i Larry Wachowski; obsada: Keanu Reeves, Laurence Fishburne, Carrie-Anne Moss, Hugo Weaving; fantastycznonaukowy, USA; dystrybucja: Warner.

Fot. INTERNET

GRANIE NA EKRANIE

Jak w „Matriksie”

„Max Payne 2: The Fall of Max Payne” na pewno ucieszył fanów pierwszej części przygód gliniarza, rozprawiającego się ze „złymi chłopcami”. Ponownie zachwyci rewelacyjną grafiką, efektami specjalnymi i sensacyjną przygodą.

Już pierwsza część tej gry akcji stała się przebojem. Wskazywano wówczas szczególnie na nie stosowaną wcześniej (a znaną już dziś z filmu „Matrix”), technologię „bullet time”. Fanatycy Maksa doczekali się w końcu drugiej części. Gra jest w wersji angielskiej, więc ci, którzy znają ten język, podziwiają go (tekstów do czytania jest całkiem sporo), a ci, którzy o angou nie mają bladego pojęcia, będą zmuszeni zaufać swojej intuicji (a może zdopinguje

ich to do nauki?). Nie będzie zatem tak dobrze, jak w przypadku spolszczonej „Jedynki”. Bohaterem jest oczywiście nie kto inny, jak Max, walczący z mętami tego świata. Pojawia się też jego dziewczyna, także nie stroniąca od broni palnej. Nic zatem dziwnego, że grę określa się mianem „mrocznej opowieści o miłości i śmierci”.

Filmiki i komiksy

Akcja prowadzi nas prosto do celu, co oznacza, że nie możemy obrać innej drogi, niż ta jedna, jedyna, zaplanowana i realizowana przez komputer. Czasem w trakcie gry zaskakują pojawiające się fabularyzowane scenki. Oglądamy filmiki i tracimy na chwilę kontrolę nad bo-



haterem. W tym czasie mogą pojawić się nowe postacie, przeważnie niezbyt za nami przepadające, mo-

żemy też przeżyć wybuch i spaść do szybu windy, albo przejść inne podobne atrakcje. Dzięki temu czuje-

my się, jakbyśmy uczestniczyli w filmie sensacyjnym. Poszczególne „rundy” oddzielają sekwencje komiksowe (trochę czytania...). Sporą atrakcją „Maksa” jest wspomniany wcześniej „bullet time”, czyli „czas kuli”. Kiedy podczas starcia z wrogami wciśniesz odpowiedni klawisz uzyskamy efekt widziany w „Matriksie” - wszystko wokół nas zwolni. To pozwala nie tylko na szybsze pozbycie się przeciwników, ale jest interesujące wizualnie. Jeżeli w jednym „czasie kuli” uda się nam wyeliminować dwóch lub więcej wrogów, zapala się żółta klepsydra, oznaczająca, że teraz wrogowie ruszają się jeszcze wolniej i mamy szansę łatwiej ich zlikwidować.

Odmiennie stany świadomości

Zachwyca dokładna grafika - wszystkie szczegóły postaci i otoczenia są dopracowane. Podobnie

jak muzyka i sterowanie. No i ta grywalność... Nasz bohater przeżywa rozmaite groźne przygody, zdobywa kolejne gatunki broni, popada w różne dziwne stany, przez co zmienia mu się widzenie (i nam przy okazji też).

Kwestią niezadowolającą jest długi czas oczekiwania na załadowanie kolejnych plansz albo stanu gry. Ale nie ma się co dziwić, przy takich warunkach graficznych. Momentami rozgrywka staje się też dosyć trudna. Mankamentem są wysokie wymagania sprzętowe, ale to normalne przy takim wyglądzie gry.

To dobra zabawa, przyjemna wizualnie i interesująca. Ale raczej przeznaczona dla graczy starszych, pełnoletnich, bo złoćcy padają w niej gęsto.

MAGDALENA BOBKOWSKA
Fot. INTERNET

STRZELECTWO

Poseł wręczał nagrody

W Słupsku odbyła się cykliczna impreza strzelecka. Rywalizowano w strzelaniu z broni małego kalibru i centralnego zapłonu grupy powszechnej. Puchary i nagrody wręczał Władysław Szkop, poseł i prezes Klubu Strzeleckiego Gryf Słupski.

Zawody przeprowadzono na słupskiej strzelnicy Szkoły Policji. W poszczególnych konkurencjach czołowe miejsca wywalczyli: karabin sportowy – 1. Jan Zmysłowski – 87 punktów, 2. Bronisław Broniszewski – 77, 3. Roman Łabik – 75 (wszyscy – Słupsk); pistolet sportowy – 1. Kazimierz Sakowicz (Słupsk) – 96, 2. Zbigniew Herman (9 mm) Koszalin – 94, 3. R. Łabik – 93; rewolwer – 1. Marek Gendera – 90, 2. Bogdan Walczak – 90 (oba – Słupsk), 3. Radosław Sakowicz – 89; pistolet centralnego zapłonu – 1. Jan Węclawski (Flota Gdynia) – 90, 2. Andrzej Poleć – 90, 3. Piotr Dolek – 90 (oba – Słupsk). W finale australijskim zwyciężył A. Poleć. Odbyły się także zawody dla dzieci w konkurencji karabin sportowy (10 strzałów z 50 m). Triumfował Wojciech Frazik – 78 punktów. Drugi był Bartosz Łysiak – 74, a trzeci – Wojciech Łysiak – 67. Wszyscy są ze Słupska. (fen)

STRZELECTWO

Kontrolne starty

We Wrocławiu odbyły się klasyfikacyjne zawody w strzelaniu z broni pneumatycznej. Były to dwa starty kontrolne przed przyszłorocznymi mistrzostwami Polski i ME. Startowali juniorzy Klubu Strzeleckiego Gryf Słupski. Wszyscy rywalizowali w karabinie pneumatycznym. Wyniki słupzczan: Daria Mińkowska (377 i 384 punktów), Paulina Pajda (377 i 385), Izabela Pytlos (385 i 377), Weronika Cieślak (379 i 384), Tomasz Ciesielski (572 i 574) i Marcin Mińkowski (567 i 569). (fen)

TENIS STOŁOWY

Echo liderem

W 6. kolejce sezonu 2003/2004 doszło do trzecioligowej konfrontacji pingpongowej MTS Kwidzyn – Echo Biesowice. Na własnych stołach kwidzyńskie nie sprostały wyżej notowanym gościom i przegrali 4:8. Pozostałe wyniki spotkań: GOKSiR Chojnice – AZS AWFIS II Gdańsk 0:8 (walkower), MRKS III Gdańsk – Multaniak Nowy Dwór Gdański 3:8, Weterani Gdańsk – Piątka Tczew 7:7, Start Gdańsk – Gryf-Prymus Kościerzyna 8:4. (fen)

1. Echo	6	11	47-27
2. Weterani	6	9	44-22
3. Multaniak	6	8	40-26
4. MTS	6	8	36-25
5. Piątka	6	6	37-32
6. AZS AWFIS	6	5	28-33
7. MRKS III	6	4	34-41
8. Start	6	4	29-40
9. GOKSiR	6	3	21-39
10. Gryf-Prymus	6	2	15-46

AIKIDO

Akademia zaprasza

Koszalińska Akademia Aikido zaprasza chętnych do udziału w zajęciach, które prowadzone są w trzech grupach wiekowych. W najmłodszej mogą ćwiczyć dzieci od 7 do 12 lat, a zajęcia odbywają się w poniedziałki i czwartki od godziny 15. W grupie starszej mogą uczestniczyć w zajęciach osoby w wieku 14-35 lat (poniedziałki, środy i czwartki od godz. 20), a w grupie seniorów osoby w wieku 35-60 lat (poniedziałki i środy od godz. 21). Zajęcia odbywają się w pawilonie judo Zarządu Obiektów Sportowych Gwardia przy ul. Falata 34 w Koszalinie. Zajęcia prowadzi wykwalifikowany instruktor aikido (stopień 3 dan) z wieloletnim doświadczeniem. Szczegółowe informacje dotyczące zajęć można uzyskać pod nr tel. 0-604-501-492. (mars)

PIŁKA NOŻNA. Po drugiej rundzie Pucharu UEFA

Radość i smutek

Dwa rezultaty 0:0 zanotowały dwa polskie zespoły w rewanżowych meczach drugiej rundy Pucharu UEFA. Dla Groclinu Grodzisk był to wynik marzeń. Dla Wisły Kraków okazał się wielkim rozczarowaniem.

Gdyby przed rewanżami zapytać kibiców, ile polskich drużyn znajdzie się w trzeciej rundzie, to zdecydowanie większość prawidłowo odpowiedziałaby, że jedna. Tylko, że 99 procent wytyłowałoby Wisłę jako naszego jedyne reprezentanta w trzeciej rundzie. Stało się odwrotnie – awansował Groclin.

Trzech muskietierów

– Po co z nim robisz? Zrób ze mną! Na pewno jestem ładniejszy! – krzyknął obrońca Groclinu Chorwat Ivica Krizanac do chłopca z Grodziska, który robił sobie zdjęcie ze słynnym bramkarzem Manchesteru, Davidem Seamanem. Krizanac rozegrał przeciwko Anglikom genialne spotkanie. A może nawet nie przeciwko Anglikom, tylko przeciwko francuskiemu napastnikowi Nicolasowi Anelce. Na wielkie brawa zasłużył także Tomasz Wieszczycki. Można śmiać się z jego brzuska, ale w czwartek w Grodzisku zagrał jak profesor. Trzecim „muskietierem” był bramkarz Mariusz Liberda. Kamera pokazywała go przed pierwszą i drugą częścią gry, gdy żarliwie się modlił. I wymodlił. On wiedział, że jeżeli nie puści gola, to będzie wielka feta w Grodzisku. I tak się stało.

Tak więc drugi rok z rzędu będziemy się wiośnią emocjonować rozgrywkami w europejskich pucharach.

Wisła popłynęła

Rok temu do trzeciej rundy awansowała Wisła Kraków. Wydawało się, że powtórzenie tego osiągnięcia będzie dla podopiecznych Henryka Kasperczaka bułką z masłem. Wprawdzie w pierwszym spotkaniu na wyjeździe było bez bramki, ale w rewanżu w Krakowie miała być kanonada. Nic z tego. Było obłożenie bramki Valerengi, ale krakowianie mieli ogromny problem z dościsaniem do pozycji strzeleckich. Przez dwie godziny (łącznie z dogrywką) bili głową w mur złożony z jedenastu rywali, bo Norwegowie często bronili się całą drużyną. Valerenga cel osiągnął: gola nie stracił i doszło do rzutów karnych.



Fot. MAREK BICZYK

Napastnik Wisły Grzegorz Rasiak (na pierwszym planie) grał z kontuzjowaną ręką, ale do ostatnich minut stanowił duże zagrożenie dla rywali.

Bramkarz Wisły Adam Piekutowski obronił jeden strzał – jedyny po którym piłka sunęła blisko ziemi. Pozostałe strzały Norwegów poszły wyżej i polski golkiper był bezzadny. Losowanie trzeciej rundy Pucharu UEFA odbędzie się 12 grudnia.

Groclin Grodzisk – Manchester City 0:0. Pierwszy mecz 1:1. Awans: Groclin.

Wisła Kraków – Valerenga Oslo 0:0. Pierwszy mecz 0:0. Karne 3:4. Awans: Valerenga. (dc)

PIŁKA RĘCZNA. I liga kobiet

Derby w Koszalinie

Do atrakcyjnie zapowiadającego się meczu dojdzie w sobotę w Koszalinie. W spotkaniu derbowym Pomorza Środkowego AZS Politechnika Koszalińska spotka się ze Słupią Słupsk.

Mecz 9. kolejki o mistrzostwo I ligi piłki ręcznej kobiet zostanie rozegrany w hali przy ul. Racławickiej 15/17, a jego początek zaplanowano na godzinę 18.15.

W sezonie 2003/2004 obie nasze drużyny należą do typowych średniaków ligowych. AZS Politechnika ma na koncie 9 punktów i zajmuje 4. miejsce, a Słupia zgromadziła 8 punktów i plasuje się o jedną pozycję niżej. Mecze z udziałem tych zespołów zawsze były emocjonujące i zapewne tak będzie również w sobotni wieczór.

Waldemar Szafuński, trener AZS Politechniki Koszalińska: – Ze Słupią zagramy w najsilniejszym składzie i nasze rywalki powinny nastawić się na ciężką walkę. Moje zawodniczki muszą zagrać dokładnie i skutecznie w ataku oraz bardzo dobrze w obronie. To będzie kluczem do zwycięstwa. Jeżeli chociaż jeden z tych elementów gry zawiedzie, to doświadczona

słupszczanki zapewne nie zmarnują szansy na wywalczenie dwóch punktów. Przed sezonem rozegraliśmy dwa sparingi ze Słupią. U siebie doznaliśmy porażki, a na wyjeździe był remis. Być może w sobotę wreszcie wygramy.

Adam Fedorowicz, trener Słupi: – W składzie koszalińskiej drużyny jest kilka moich wychowanków i jestem bardzo ciekawy, jak zagrają przeciwko dawnym koleżankom. W moim zespole nie wystąpi kontuzjowana Izabela Nasierowska, natomiast po miesięcznej przerwie na parcie wybiegnie Adriana Chudzik. W tym tygodniu z różnych przyczyn miałem bardzo słabą frekwencję na treningach i to nie nastroja mnie zbyt optymistycznie przed meczem z akademickimi. Wprawdzie w takim meczu każdy wynik jest możliwy, ale minimalnie więcej szans na zwycięstwo daje koszaliniankom.

W innych meczach 9. kolejki zagrają: Sokół Żary – MKS Zgierz, AZS AWF Wrocław – Beskid Nowy Sącz, Pogoń 1922 Żory – Cracovia Kraków, Izohar Gdynia – Łysogóry Kielce, pauzuje SMS Gliwice. (mars)

PIŁKA RĘCZNA. I liga mężczyzn

Tęcza faworytem

W sobotę piłkarze ręczni I ligi rozegrają 11. kolejkę spotkań. Gwardia Szabel Koszalin zmierzy się na wyjeździe z Tęczą Kościan. Faworytem jest zespół gospodarzy.

Obie drużyny zdobyły w dotychczasowych meczach po 6 punktów. Dzięki lepszej różnicy bramek koszalinianie zajmują 10. miejsce, a ich rywale są na 12. pozycji. Jeszcze kilka dni temu wydawało się, że gwardziści mogą z powodzeniem powalczyć w Kościanie o dwa punkty. Ostatnio okazało się jednak, że koszaliński zespół zagra z Tęczą bez pięciu zawodników z podstawowej siódemki i w tej sytuacji jego szanse na sukces są minimalne. Kontuzjowani są: Jarosław Pawlak, Mariusz Balanda i Marcin Miał. Ponadto zespół niespodziewanie opuścił bramkarz Mariusz Piórkowski, a obowiązki związane z nauką

nie pozwolą na udział w meczu Piotrowi Wachowskiemu.

Jan Stasiuk, prezes KPR Gwardia Szabel: – Jesteśmy w bardzo trudnej sytuacji kadrowej, ale nie zamierzamy bez walki poddać się drużynie Tęczy. Szansę gry dostaną zawodnicy, którzy dotychczas byli zmiennikami i być może swoją postawą na boisku znajdą uznanie w oczach trenera Mariusza Wnuka. Do końca pierwszej rundy rozgrywek pozostały tylko trzy kolejki i mam nadzieję, że nas zespół wykorzystał już limit kontuzji w tym roku.

W innych meczach 11. kolejki zagrają: Miedź Legnica – Traveland Jurand Olsztyn, MTS Chrzanów – AZS AWF Warszawa, Piotrkowianin Kiper Piotrków Trybunalski – Grunwald Poznań, MKS Końskie – Anilana Łódź, Bocheński KS – AZS Politechnika Radom, pauzuje SMS Gdańsk. (mars)

Weekend na arenach sportowych

REGION KOSZALIŃSKI

Koszykówka

I liga mężczyzn. Kotwica Kołobrzeg – Siarka Tarnobrzeg (sobota, godzina 18, hala Milem przy ul. Łopuskiego).

Kołobrzaska Amatorska Liga Koszykówki. Niedziela, hala Milenium przy ul. Łopuskiego: Kombinat Budowlany – Rezon (godzina 14), Śnieżka – P. C. Nizioł (15.15), Żulicki – Contrast 75 C (16.30), Startlet – Partner (17.45), Ekoteknika – Szkoła Biznesu (19).

Koszalińska Amatorska Liga Koszykówki. Niedziela, hala przy ul. Głowackiego 7: Koszalińska Straż Pożarna – 31337 (godzina 9.30), Nabla – Format (10.40), Energetyk – EMKA (11.50), Amatorzy – MESS-13 (13), Betomex II – K-ORT (14.10), Jukon – Państwowa Straż Pożarna (15.20), Betomex – Tybark (16.30), XYZ/Metabo – Wolbo (17.40), Ces – Torg (18.50), Zagaz – Kaliszczak (20).

Lekkoatletyka

Bieg Andrzejkowy „Po marchewkę”. Start honorowy do biegu nastąpi w sobotę o godzinie 11 przy Bramie Słupskiej w Sławnie. O godzinie 14 rozpoczyna się biegi dziecięcymłodzieżowe. Wpisowe wynosi 15 zł.

Piłka nożna

Halowy Turniej Oldbojów – Koszalin 2003. Dwudniowe zawody odbędą się w hali przy ul. Falata 34. W sobotę mecze będą rozgrywane w godzinach 10-16, a w niedzielę w godz. 10-14.

Mecz towarzyski. Leśnik/Rossa Manowo – Gwardia Koszalin (sobota, godzina 12, boisko w Rosnowie).

Świdwińska liga halowa o puchar prezesa KOZPN. W niedzielę w hali przy ul. 3 Marca 50 w godzinach 10-18 zostaną rozegrane dwie kolejki spotkań. W rozgrywkach startuje 12 drużyn, a organizatorem mistrzostw jest KOZPN – Podokręg Świdwin.

Piłka ręczna

I liga kobiet. AZS Politechnika Koszalińska – Słupia Słupsk (sobota, godzina 18.15, hala przy ul. Racławickiej 15/17).

Siatkówka

II liga kobiet. MKS Koszalin – Pałac II Bydgoszcz (sobota, godzina 16, hala SP 18 przy ul. Staszica).

Kołobrzaska Amatorska Liga Siatkówki. Niedziela, hala przy ul. Wąskiej 1: Skoczów-Dygowo – Rega Trzebiatów (godzina 13), Nafta Karłino – MOSiR Kołobrzeg (14.30), Pawłaki Gościno – Fanza (16), Kaziki Sie-

myśl – ZS im. H. Sienkiewicza (17.30).

Koszalińska Liga Amatorskiej Piłki Siatkowej. Niedziela, hala przy ul. Racławickiej 15/17: Telekomunikacja – TK Koszalin (godzina 10), 8 Pułk Przeciwlotniczy – Poldanor Zegrze (10), AZS Politechnika – Kaja (11.30), KTS Granica – Starszaki (11.30).

Szachy

Grand Prix Kołobrzeg 2003. Zawody odbędą się w niedzielę w sali konferencyjnej hali Milenium przy ul. Łopuskiego. Zapisy do godziny 9.45, początek turnieju o godzinie 10.

Zapasy

Międzynarodowy Turniej o Puchar Bałtyku. Zawody w stylu wolnym z udziałem młodzików i dzieci odbędą się w sobotę w hali SP 5 przy ul. Kołobrzkiej w Białogardzie. Uroczyste otwarcie turnieju o godzinie 9.45. Wstęp wolny. (mars)

REGION SŁUPSKI

Koszykówka

Ekstraklasa mężczyzn – Era Basket Liga: Czarni Słupsk – Polonia Warbud Warszawa (sobota – godz. 13.30, hala Gryfia przy ul. Szczecińskiej).

Liga wojewódzka młodzików (rocznik 1990): Czarni En-

mat Słupsk – UKS Krokowa (sobota – godz. 12, hala w Szkole Podstawowej nr 10 przy ul. Kulczyńskiego).

Piłka nożna

XXVIII Halowy Turniej Piłkarski o Puchar Dyrektora Szkoły Podstawowej nr 4 w Słupsku – mecze w sobotę – rocznik 1991 – godz. 9: grupa D (SP 2 Oaza, SP 5, SP 4 II – wszystkie ekipy ze Słupska); 10.30: grupa E (SP 6, SP 7, SP 4 V – wszystkie zespoły ze Słupska); 1992 – 12: grupa A (Jezierzycze, SP 7 Słupsk, Sycewice, Dębica Kaszubska II); 14.15: grupa B (Dębica Kaszubska I, SP 5, SP 10 I, SP 9 – wszystkie trzy drużyny ze Słupska). Miejsce rywalizacji – szkolna hala przy ul. Leszczyńskiego.

III Halowy Turniej Piłki Nożnej Sędziów o Puchar Przewodniczącego Kolegium Sędziowskiego Pomorskiego Związku Piłki Nożnej – zawody odbędą się w sobotę od godz. 10.30 w hali sportowej Publicznego Gimnazjum przy ul. Witosa w Cewicach.

Halowa liga „piątek” o mistrzostwo powiatu i miasta Słupsk edycji 2003/2004 – wszystkie gry w niedzielę według zestawu par: Drogi i Mosty Słupsk – Newell Rubbermaid Słupsk (godz. 9.50), Diament Trzebielino – PKP Słupsk (10.15), Poczta Polska – Trzeź-

wymi Bądźmy Słupsk (10.40), PKP – Oaza Ucznia Słupsk (11.10), Serkol Słupsk – Diament (11.40), Drużyna X Słupsk – SC Karol/Magda Pęplino (12.10). Kibiców zapraszamy do hali Gryfia przy ul. Szczecińskiej w Słupsku.

Siatkówka

Słupska Amatorska Liga Piłki Siatkowej – wszystkie mecze rozegrane zostaną w sobotę według terminarza: godz. 10: Mecenat Słupsk – Relax SP 1 Rybacka Słupsk, 11: AZS PAP Słupsk – Olimp Dębica Kaszubska, 12: Big Fire Słupsk – Plast-Team Słupsk, 13: Trafic Słupsk – Scania Słupsk, 14: Laguna Ustka – Asterix Słupsk, 15: KS Kolczygłowy – Smoki Słupsk, 16: AZS (juniorzy) Słupsk – Centrum Kształcenia Praktycznego Słupsk. Miejsce zawodów – hala w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 3 w Słupsku (wejście od ul. Witosa).

Liga wojewódzka kadetów: Pogoń/Iryda Lębork – Stoczniowiec II Gdańsk (niedziela – godz. 12, hala sportowa w Publicznym Gimnazjum przy ul. Witosa w Cewicach).

Tenis stołowy

III liga mężczyzn: Echo Biesowice – Start Gdańsk (niedziela – godz. 11, Dom Kultury). (fen)

KOSZYKÓWKA. Ekstraklasa mężczyzn

Gospodarze faworytami

Przed kibicami koszykówki 8. kolejka spotkań w ekstraklasie mężczyzn. Koszykarze beniaminka rozgrywek, AZS Gaz Ziemny Koszalin tym razem zagrają na wyjeździe w Tarnowie z tamtejszą Unią/Wisłą, która spisuje się bardzo dobrze. O sukces będzie więc trudno.

Niewątpliwie najciekawiej zapowiadała się rywalizacja w Sopocie, gdzie Prokom Trefl, aktualny lider i wicemistrz Polski miał podejmować aktualnego wicelidera i mistrza Polski Anwil Włocławek. Spotkanie to odbędzie się jednak w pierwotnie wyznaczonym terminie 3 stycznia 2004 roku. W pierwszej wersji sobotnia kolejka miała być rozegrana właśnie po nowym roku. Drużynę Prokomu Trefla Sopot ma w najbliższym czasie wzmocnić Wenezueleczyk Richard Lugo (30 lat, 209 cm). Wenezueleczyk, który w minionym sezonie występował m. in. w Idei Śląsk Wrocław, skończył właśnie sezon w swoim kraju. Informację o zainteresowaniu zawodnikiem przez wicemistrzów Polski potwierdził prezes Prokomu. Nieoficjalnie Lugo ma dołączyć do sopockiej drużyny już w najbliższy poniedziałek. Jak na razie będzie występował tylko w Pucharze ULEB, a od pierwszego stycznia (drugie okienko transferowe) będzie również grał w Era Basket Lidze.

Kłopoty kadrowe

Koszykarze AZS Gaz Ziemny Koszalin pojechali wczoraj do Tarnowa w okrojonym składzie. Aż czterech zawodników kontuzje wyeliminowały z gry w sobotnim meczu z Unią/Wisłą. Nie zagrają na pewno Bartłomiej Tomaszewski, Krzysztof Wiechowski, Przemysław Lewandowski i Paweł Bogdan. – Powiedziałem pozostałym chłopakom, że nie wiem jak zagrają, ale przecież na darmo tam nie jedziemy – mówił przed wyjazdem trener Jerzy Olejniczak. – Uważam, że nie wiemy nad nami żadna presja zwycięstwa. Postaramy się wyciągnąć z tego meczu to co jest dla nas możliwe i jedziemy na to spotkanie z dużą ciekawością, bo zespół z Tarnowa to bardzo silna ekipa, co potwierdziła w rozegranych dotychczas meczach – dodał koszański szkoleniowiec.



Fot. RADOSŁAW KOLEŚNIK
Krzysztofa Wiechowskiego (nr 15) z AZS Gaz Ziemny Koszalin zobaczymy w akcji być może już w kolejnym meczu w Koszalinie. W Tarnowie z powodu kontuzji jeszcze nie będzie mógł zagrać.

Przegrali tylko raz

Rzeczywiście, kiedy po różnych perypetiach związanych z przyjęciem do rozgrywek Era Basket Ligi, Unia/Wisła rozpoczęła rywalizację w sześciu meczach zanotowała pięć zwycięstw i tylko raz została pokonana. Jej pogromcą był tylko aktualny lider rozgrywek Prokom Trefl Sopot, wygrywając 88:74. Obecnie Unia/Wisła plasuje się na 5. pozycji, a AZS Gaz Ziemny, który w siedmiu spotkaniach wygrał trzy razy jest na 7. miejscu. Zdecydowanym faworytem tej konfrontacji będą gospodarze, którzy tym razem zagrają w Tarnowie. Poprzednie dwa spotkania u siebie rozgrywali w Krakowie.

Wysoko w rankingach

Unia/Wisła dysponuje bardzo silnym i doświadczonym składem.

Świadczą o tym pozycje niektórych graczy w różnych rankingach. Skrzydłowy Unii/Wisły Michael Ansley ma obecnie jedną z najwyższych średnich na mecz jeżeli chodzi o zdobyte punkty (20,3), zalicza również średnio w meczu 10,8 zbiórki. Bardzo dobrze spisyuje się również mierzący zaledwie 180 cm, drugi amerykański gracz tego zespołu występujący na pozycji rozgrywkowego Brandon Hughes. Jego średnia to 20 pkt. i 6,8 asyst. Nie sposób nie wspomnieć o takich zawodnikach jak reprezentant Polski,

Piotr Szybiński i Wojciech Żurawski. Ten drugi zbiera piłki z tablic średni w jednym spotkaniu 11,3 razy. Trudno będzie koszańszczaninowi o niespodziankę, ale liczymy na ich dobrą postawę i mamy nadzieję, że wstępu w Tarnowie nie przyniosą. Początek spotkania o godz. 17. Redaktor Mirosław Pleńkowski z Radia Koszalin, który pojechał na to spotkanie będzie miał kilkunastominutowe wejścia na antenie w czasie pierwszej i drugiej kwarty. Natomiast dwie następne będzie relacjonował „na żywo”. (suw)

8. KOLEJKA – 29.11.2003 (SOBOTA)

- Prokom Trefl Sopot – Anwil Włocławek – przeł. na 3.1.2004 r.
- Czarni Słupsk – Polonia Warbud Warszawa
- Detal-Met Noteć Inowrocław – Spółnia Stargard Szczeciński
- Start Lublin – Gipsar Stal Ostrów Wielkopolski
- Idea Śląsk Wrocław – Astoria Ostromecko Bydgoszcz
- Unia/Wisła Tarnów – AZS Gaz Ziemny Koszalin

KOSZYKÓWKA. Ekstraklasa mężczyzn

Trudno o punkty

Sympatycy basketu w Słupsku powinni zobaczyć atrakcyjny mecz Czarni – Polonia Warbud Warszawa. Gra zaplanowana jest w sobotę (29 listopada) o godz. 13.30 w hali Gryfia przy ul. Szczecińskiej. Relację pokazuje TVP 3.

W poprzednim sezonie 2002/2003 Polonia Warbud Warszawa zakończyła rywalizację na czwartym miejscu. Teraz ambicje warszawskiego klubu sięgają medalowej zdobyczy. Polonia Warbud pod wodzą trenera Wojciecha Kamińskiego nie przegrała jeszcze jeszcze meczu w Era Basket Lidze. Jej seria to cztery zwycięstwa z rzędu. 29-letni szkoleniowiec z Warszawy przejął schedę po Dariuszu Szczubiale i było to po drugiej kolejce rozgrywek mistrzowskich Era Basket Ligi edycji 2003/2004. W. Kamiński jest asystentem Andrzeja Kowalczyka w reprezentacji. Warszawski klub ma duży i stabilny budżet. W jego szeregach jest sporo świetnych koszykarzy. Jednym z podstawowych graczy jest Jeff Nordgaard. Sympatyczny koszykarz ze Stanów Zjednoczonych ma już polskie obywatelstwo. Jego ligowe rekordy w naszej ekstraklasie: najwięcej punktów w jednym meczu – 35, najwięcej trafień za 2 punkty – 9, najwięcej trafień za 3 punkty – 10, najwięcej trafionych rzutów osobistych – 6, najwięcej przechwyty – 9, najwięcej asyst – 5, najwięcej przechwyty – 7, najwięcej bloków – 2. 30-letni skrzydłowy ma 200 cm wzrostu. W grupie wyróżniających się zawodników są jeszcze: Eric Elliott i Walter Jeklin. Trzech graczy popularnych Czarnych Koszul ma za sobą występy w barwach słupskiego klubu. Są to: Rolandas Jarutis, Michał Hlebowski i Leszek Karwowski.

Trzeba pamiętać, że poloniściom zawsze trudno grało się w słupskiej hali Gryfia.

Tydzień temu Czarni u siebie przegrali z koszańską drużyną

AZS Gaz Ziemny i był to zimny prysznic dla słupskich fanów koszykówki. Słupszczanie żądni są rehabilitacji.

– Wreszcie ćwiczymy w pełnym składzie, bo treningi podjął już Michał Polanowski – powiedział Tadeusz Aleksandrowicz. – Z zawodnikami analizowaliśmy dokładnie nasz ostatni mecz z Koszalinem i wszyscy wyciągnęliśmy odpowiednie wnioski. Warszawski rywal jest niezwykle groźny. Dobrze radzi sobie w ekstraklasie i w rozgrywkach Ligi Europejskiej FIBA. Ostatnio warszawianie odprawili z wynikiem Aris Soloniki. Gra gości oparta jest na skutecznych graczach obwodowych. Świetnie grę prowadzą rozgrywający. Nasza drużyna musi wykazać się nadzwyczajną czujnością. Czarni nie są faworytem w sobotniej rywalizacji z polonistami. W prognozach chcę być ostrożny. Jedno jest pewne, że tym razem moi podopieczni łatwo „skóry” nie sprzedadzą. Emocji z pewnością nie zabraknie.

– Jeszcze mocno przeżywam ostatnie niepowodzenie – stwierdził Andrzej Twardowski, prezes Zarządu Słupskiego Towarzystwa Koszykówki – Sportowa Spółka Akcyjna Czarni Słupsk. – Wiadomo jaka jest waga tego spotkania. Polonia Warbud jest zespołem o ogromnym potencjale. Mam nadzieję, że nasi szkoleniowcy znajdą skuteczny sposób na powstrzymanie warszawian i zobaczymy dobre widowisko. Musimy wykorzystać atut własnego boiska. Akcje gości stoją bardzo wysoko. O punkty nie będzie łatwo, ale w sporcie jest wszystko możliwe. Mecz z warszawską drużyną to ostatnie spotkanie w 2003 roku. Chcę poinformować, że mecz zaplanowany w Słupsku 13 grudnia z Gipsarem Stalą Ostrów Wielkopolski został przeniesiony na styczeń 2004 roku.

W sobotę kasy biletowe w hali Gryfia czynne będą od godz. 10.

(fen)

KOSZYKÓWKA. I liga mężczyzn

Nie lekceważą rywala

Pierwszoligowym koszykarzom do zakończenia pierwszej rundy pierwszego etapu rozgrywek pozostały trzy kolejki spotkań. W sobotę, 29 listopada rozegrana zostanie 13. kolejka spotkań. Jedyny zespół z naszego regionu występujący w tych rozgrywkach, Kotwica Kołobrzeg grać będzie przed własną widownią.

na kontuzje i wszyscy koszykarze pilnie przygotowywali się do sobotniego meczu. Kołobrzeżanie szczególnie uważają na parkiecie będą musieli zwrócić na czołowych graczy Siarki, Macieja Szejbę, Bartosza Krupę i Marcina Malcherczyka. Ten ostatni w ubiegłym sezonie występował w Stali Stalowa Wola.

Początek sobotniego spotkania w Kołobrzegu o godz. 18 w hali Milenium przy ul. Łopuskiego.

W rozegranym w środę zaległym meczu Siarka Tarnobrzeg przegrała u siebie wysoko z Legią Warszawa 58:82.

1. Alba Alstom	11	20	934-858
2. Turów	10	19	880-773
3. Polpharma	10	17	893-740
4. Kotwica	10	17	895-855
5. Polpak	11	17	875-847
6. Zastal	10	15	855-795
7. Basket	10	15	807-805
8. Stal	10	15	838-852
9. Viking	10	15	783-835
10. Pogoń	11	15	899-1009
11. Tytan	10	13	905-898
12. Legia	9	13	666-743
13. Siarka	10	12	762-834
14. SMS PZKosz.	10	10	787-1035

Zestaw par 13. kolejki (sobota, 29 listopada): Kotwica Kołobrzeg – Siarka Tarnobrzeg, Turów Zgorzelec – Tytan Częstochowa, Polpharma Starogard Gdański – Viking Gdynia, Legia Warszawa – Zastal Intermarkie Zielona Góra, Stal Stalowa Wola – Basket Kwidzyn, SMS PZKosz. Koźlenice – Alba Alstom Chorzów. Pauzują: Polpak Świecie i Pogoń Ruda Śląska. (suw)

REKLAMA



PUB KIBICA

sport na żywo - telebim Cyfra +, Polsat Sport
piłka nożna, boks, NBA, żużel, F1

Koszalin, ul. Fałata 34 – obiekty „GWARDII”

(suw)

44. konkurs – PLEBISCYT „Głosu Pomorza”
na najlepszych sportowców i trenerów Pomorza Środkowego

Typowania radnego

Trwa 44. Konkurs-Plebiscyt „Głosu Pomorza” na najlepszych sportowców i trenerów Pomorza Środkowego w 2003 roku. Dotarli już do nas pierwsze typowania i zgłoszenia kandydatów.

Już tradycyjnie pierwsze typowania i kandydatury w regio-

nie koszańskim otrzymaliśmy od dwóch naszych stałych czytelników, Zdzisława Musiała i Stefana Romeckiego. Typowania pana Musiała już przedstawialiśmy.

Dzisiaj czas na głosowanie Stefana Romeckiego, koszańskiego radnego i co warto przy-

pomnieć, Kawalera „Orderu uśmiechu”.

W konkursie jego typowania są następujące: w dyscyplinach indywidualnych: sportowiec – Daniel Pleńkowski, taekwondka z Vikinga Kołobrzeg, a trener – Jerzy Olejniczak (oba AZS Gaz Ziemny Koszalin – ekstraklasa mężczyzn – koszykówka).

Do miana najlepszego trenera młodzieżowych grup szkoleniowych w klubach sportowych, pan Romecki zgłosił Piotra Mickiewicza, pracującego z szachistami w koszańskim Hetmanie.

– To Piotr Mickiewicz z działacza koszańskiego Hetmana są twórcami sukcesów koszańskich szachistów, którzy w różnych kategoriach wiekowych zdobywali medale mistrzostw Polski – podkreśla w uzasadnieniu Stefan Romecki, dodając – W tym klubie szkoli się również Joanna Majdan, która zajęła czwarte miejsce podczas mistrzostw świata juniórek. Drugim kandydatem koszańskiego radnego do miana najlepszego trenera młodzieży jest Ryszard Bryzek, szkoleniowiec młodych adeptów żeglarskiego w MKR Tramp Mielnio, który jest także

Kupon konkursowy

głos Pomorza

Region

SPORTOWCY

Dyscypliny indywidualne:

Dyscypliny zespołowe:

TRENERZY

Dyscypliny indywidualne:

Dyscypliny zespołowe:

Imię, nazwisko, adres

Zgadzam się na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. nr 133 poz. 833)

czytelny podpis

Wypełnione kupony należy przelać pod adresem naszej redakcji: 75-004 Koszalin, ul. Mickiewicza 24 oraz 76-200 Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19.

Kupony można również wrzucać do naszych redakcyjnych skrzynek, umieszczonych pod wyżej wymienionymi adresami, a także składać bezpośrednio w naszych oddziałach terenowych: w Bytowie, w Człuchowie, w Kołobrzegu, w Lęborku, w Miastku i w Szczecinku.

Strona 14

Porady



Lecz się sam

Strona 15

Krzyżówka

Zielonym do góry

Strona 20

Rozpoznaj, co ci dolega

Strony 21-23

Ogłoszenia drobne

Strona 24

Głos Dzieci

Gdy boli brzuch



Ból brzucha może oznaczać zwykłą niestrawność lub groźną chorobę. Jak odróżnić jedno od drugiego?

CZYTAJ – STR. 16

REKLAMA

PRZEWOZY PASAŻERSKIE

trans Lux

Koszalin
ul. Obrońców Helu 4
tel. (094) 340 59 74

- przewozy krajowe i międzynarodowe
- wynajem autokarów i mikrobusów

tel. kom. 0602 398 892

WYGLĄDAJ DOBRZE - CZUJ SIĘ WSPANIALE W TROSCE O TWOJE ZDROWIE

- oczyszczanie organizmu ze złogów i toksyn
- program kontroli wagi ciała
- diety odchudzające
- program wzmocnienia układu odpornościowego
- regeneracja organizmu

ZDROWIE DLA CAŁEJ RODZINY

fachowe porady * bezpłatne konsultacje

Centrum WELLNESS

ul. ks. k. Wyszyńskiego 3/4, tel. 346 38 71

reklama

operacje usunięcia zaćmy

- najnowocześniejsza metoda
- powrót do domu **bezpośrednio** po zabiegu
- brak przeciwwskazań ze względu na wiek
- najkrótszy okres rekonwalescencji
- znieczulenie **kropłowe**

**PROMOCYJNE CENY
DO KOŃCA ROKU!**



INTERMEDICA klinika okulistyczna

61-626 Poznań, ul. Szczęśliwowska 29/3
tel. (061) 826 70 67, (061) 826 70 69
rejestracja: poniedziałek - piątek 8⁰⁰ - 16⁰⁰

reklama

Chirurgia. Neurologia. BICOM-MED

- Laserowe zamykanie rozszerzonych naczynek na twarzy, usuwanie tzw. „pajęczków” na nogach, odcisków, kurząjek, brodawek, włókniaków, blizn i inne

- Wypełnianie zmarszczek preparatem BOTOX, DERMOLIVE
- Zabiegi wykonywane laserem są bezkrwawe, estetyczne i bezbolesne, z bardzo dobrym efektem końcowym.

- Chirurgia operacyjna
- Alergiczne testy i odczulanie
- Krioterapia, elektroterapia i laser biostymulacyjny
- Drenaż limfatyczny

Koszalin, ul. Piłsudskiego 73, tel. (094) 340 49 40, 340 20 76
czynny codziennie 9 - 18, w soboty 9 - 14

reklama

Głos Pomorza Twoja reklama

Biurowie Reklam:
Koszalin
094/ 347 35 03-07, 14
Słupsk
059/ 840 32 51, 841 17 43

może być... **...widoczna**

Optyka Okularowa rok założenia 1971 Ewa Rogowska

REALIZACJA RECEPT NFZ

- SOCZEWKI KONTAKTOWE, sferyczne, cylindryczne, progresywne, kolorowe
- LUPY
- GABINET OKULISTYCZNY

Oprawy do 50 % taniej

KOSZALIN, ul. Piłsudskiego 3, tel. (094) 3410-817

G4535

KONKURS DLA CZYTELNIKÓW GŁOSU

Mamy dla was

4 zestawy



Co zrobić, żeby wygrać?

Odpowiedz poprawnie na pytanie w kuponie konkursowym. Spośród osób, które nadeślą prawidłowe odpowiedzi rozlosujemy zestawy środków do prania Lovela.

Lovela – mleczko do prania pieluszek i bielizny niemowlęcej oraz ubrań dziecięcych. Mleczko Lovela zapewnia skuteczne i wygodne pranie. Łatwo rozpuszcza się w ciepłej wodzie. Nadaje się do prania w pralkach automatycznych, wirlkowych oraz do prania ręcznego. Można w nim prać zarówno rzeczy białe jak i kolorowe. Ma delikatny, neutralny zapach – mleczko do prania pieluszek i bielizny niemowlęcej oraz ubrań dziecięcych.

Kartki pocztowe bądź listy z kuponem prześlij na adres naszej redakcji: „Głos Pomorza” ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin. Na odpowiedzi czekamy dwa tygodnie.

Głos Pomorza

Jakie zalety ma mleczko Lovela?

Odp.

Imię i nazwisko

Adres

KUPON

Głos Pomorza

Zawsze w poniedziałek w Głosie Pomorza dodatek

Zamieść ogłoszenie w dodatku, tel.: (0-94) 347 35 03 – 07, 347 35 14, (0-59) 840 32 51, 841 17 43

Kariera i praca

reklama

MIEDZY NAMI**Jakie mam szanse na zajście w ciążę?**

Mam 21 lat. Chciałabym się dowiedzieć, czy niska waga może być przyczyną moich nieregularnych miesiączek. Dodam, że waga w ciągu roku zmienia się w przedziale 52 – 58 kg z powodu koniecznej, określonej aktywności fizycznej. Czy współżycie może zaburzać miesiączkowanie? Przez ostatnich 6 miesięcy przyjmowałam tabletki Diane-35. Czy będzie to miało wpływ na prawidłowy rozwój dziecka w czasie późniejszej ciąży? W jaki sposób przygotować się do zajścia w ciążę? Jak należy wykonać badania? Ile powinienem ważyć i w jaki sposób uchronić się przed częstym psuciem się zębów w czasie ciąży? Czy jest to tylko efekt niedostatecznego poziomu wapnia w organizmie?

Badania wykazały, że mam macicę dwurożną. Lekarz wykonujący badanie wskazał, że mogę mieć problemy z donoszeniem dziecka. Ginekolog nie miał zastrzeżeń. Chciał tylko dowiedzieć się, czy jajniki wpływają na moje miesiączkowanie. Kto ma rację? Czy ma jakieś znaczenie fakt, że ciocia zmarła na raka macicy? Czy ten kształt macicy odziedziczyłam i czy moja córka też go odziedziczy? Czy jest on efektem nadmiernego wysiłku od najmłodszych lat?

Kilka lat temu zwróciłam ginekologowi uwagę, że moje piersi są nierówne (od zawsze istniała dysproporcja). Ich wymiary mają się jak 3:4. Lekarz powiedział, że to normalne i jeszcze jest czas na unormowanie. Dysproporcja pozostała. Jest to nie tylko psychiczny kompleks. Utrudnia także wejście w kontakty seksualne z mężczyzną. Trudno przynależę do tego, a pozwalanie mężczyźnie na dotykanie raczej tej większej piersi zaczyna być przez niego zauważane.

CZYTELNICZKA
Dysproporcja między wagą a wzrostem nie ma zasadniczego znaczenia w procesie zapłodnienia kobiety, może mieć pewien wpływ na przebieg ciąży i poród. W przytoczonym przypadku nie widzę takich zależności. Gwałtowne chudnięcie lub przyrost wagi wpływają niekorzystnie na organizm kobiety. Na razie organizm powinien sobie z tym radzić, chociaż „ta konieczna, określona aktywność fizyczna”, którą Pa-

ni wdrożyła w swoją codzienność, już zaowocowała zaburzeniem miesiączkowania. Nie łączylabym tego zaburzenia ze współżyciem seksualnym. Natomiast każde nieregularne miesiączkowanie należy szczególnie przeanalizować, wykonać szereg badań m.in. cytohormonalnych i innych. Na te i inne pytania odpowie lekarz specjalista ginekolog i endokrynolog. Przyjmowanie środków antykoncepcyjnych należy przerwać, jeżeli planuje się ciążę (mam na myśli tabletki antykoncepcyjne) na okres ok. 3 miesięcy przed zapłodnieniem.

Dwurożna macica jest wadą rozwojową i stanowi pewne utrudnienie w zapłodnieniu i donoszeniu ciąży. Aby rozwiązać wszelkie wątpliwości, nie zaszkodzi jeszcze jedna wizyta u innego lekarza ginekologa, czy aby nie zachodzi wskazanie do zabiegu korekcyjnego macicy. Przed ciążą, podczas niej i po porodzie kobieta powinna się prawidłowo odżywiać, żadnych rewolucji wagiowych, spokojny tryb życia, bez ekstremalnych wysiłków i ćwiczeń i w ogóle życie bez stresów.

Wiele można by tutaj jeszcze wymienić i dodać, ale trzeba pamiętać, że nawet stosując się do wszelkich regul, zawsze można być tym „statystycznym” i mieć życiowego pecha. Każdy przypadek jest inny i różne czynniki nie zawsze możliwe do przewidzenia, determinują nasz sukces lub coś odwrotnego.

Istnieją tabele, według których określa się optymalne proporcje między wagą i wzrostem danego osobnika. Można je odszukać w encyklopediach, w gabinetach lekarskich (jedna z nich głosi, że jeżeli osobnik ma przykładowo 168 cm wzrostu, to jego waga nie powinna przekraczać 68 kg – u osobników męskich, zaś kobieta powinna odjąć od tej sumy 4 – 6 kg). Z tego wynika, że w okresach kiedy waży Pani 58 kg, waga jest zbliżona do optymalnej. Ale rozpatruje się też i inne parametry, bowiem u jednych masa kostna przeważa nad tkankami miękkimi w wariantach wagowych. Nierówne piersi to problem niektórych kobiet. Wyjścia są dwa: albo się pogodzić z tym faktem albo zdecydować się na zabieg z zakresu chirurgii plastycznej.

dr nauk medycznych
WANDA PONIKIEWSKA
specjalista seksuolog i psychiatra

BILANS MEDYCZNY

Kształt szklanki wpływa na to, ile pijemy. Naukowcy przeprowadzili badania wśród 97 nastolatków amerykańskich przebywających na obozie letnim. Losowo przydzielano im szklanki niskie i szerokie lub wysokie i smukłe. Okazało się, że do szerokich, niskich szklanek nalewano przeciętnie aż o 76 procent więcej soku pomarańczowego niż do wysokich. Jednocześnie wszyscy badani uważali, że w niskich szklankach jest mniej soku.

Podobne doświadczenie na 89 osobach dorosłych wykazało, że wprawdzie w mniejszym stopniu ulegają oni złudzeniu, ale i tak więcej (o 19 procent) nalewają do niskich i szerokich szklanek. W większości wypadków dorośli sceptycznie reagowali na wiadomość, że w wyższej szklance jest mniej soku niż w niższej.

Barmani powinni być najbardziej odporni na złudzenia związane z nalewaniem, zwłaszcza że niekiedy wykonywują ten efekt we własnym interesie. Eksperymentowi poddano się 45 barmanów, którzy mieli nalać do szklanki półtora uncji (około 42 gramów) płynu. Połowa otrzymała wysokie szklanki, pozostali niskie. Wszystkie szklanki miały pojemność 12 uncji. Jako płyn doświadczeniastwo zastosowano rum, colę, whisky, wódkę i tonik. Mimo niewątpliwego doświadczenia, barmani nalewali do niższych szklanek o 31 procent więcej (jednak im większą mieli praktykę, tym mniejszy był błąd).

Badania mogą mieć znaczenie dla dietetyków (pijąc wysokokaloryczne napoje z niskiej szklanki wypijamy ich więcej), jak również w przypadku nadużywania alkoholu i przedawkowania leków.

(luk)

ALERGOLOG RADZI

Dzisiaj kończymy cykl publikacji o alergiach na kosmetyki.



Zbigniew Sankowski,

specjalista alergolog z poradni alergologicznej „Alergosan” w Koszalinie

Jeszcze kilka informacji o formalinie, składniku kosmetyków. Formalina może działać szkodliwie na organizm ludzki

również na drodze lotnej. Jest ona głównym zanieczyszczeniem powietrza w nowych lub remontowanych pomieszczeniach. W takim przypadku źródłem formaliny są meble, wykładziny, tapety, panele boazerijne. Z klejów i żywic formalina uwalnia się przez ponad 5 lat (!). Znajduje się ona również w dymie papierosowym. Działa drażniąco na błonówkę podobnie jak dwutlenek węgla, dwutlenek azotu i ozon – może powodować zapalenie spojówek, pogorszenie astmy, nieżytu nosa i chorób skóry. W badaniach epidemiologicz-

nych wykazano, że u dzieci eksponowanych na wysokie stężenia formaliny częściej występuje astma oskrzelowa. Powszechność formaliny może służyć za przykład ogromnej chemizacji życia na przełomie XX i XXI wieku. Organizm człowieka jest bombardowany codziennie tysiącami związków chemicznych – niektóre stają się alergenami i tak modyfikują czynności naszego układu odpornościowego, że atakują on nieszkodliwe dla człowieka naturalne substancje środowiska – powstają wtedy objawy alergii. (ka)

Z WARZYWNIA**Bakłażan smakołykiem królów**

Bakłażan nazywany także oberżyną i gruszką miłosną, pochodzi z Indii.

Sprawdzonej do Europy przez Arabów, był początkowo uprawiany jako roślina ozdobna, dopiero później stał się smakołykiem na królewskich stołach. Bakłażany wydają jaśniejsze fioletowo-czarne owoce o długości do 25 cm i wążące do 1 kilograma. Są popularnym warzywem w Grecji i Włoszech. Jada się je przeważnie duszone w oleju, jako dodatek do tłustych potraw mięsnych, zwłaszcza baraniny. Ponieważ są ciężkostrawne, wystrzegaj się ich osoby z chorobami przewodu pokarmowego. Niektóre współczesne badania potwierdzają zawartość w bakłażanach substancji ograniczających miażdżycę i nowotwory zagrażające spowodowane stosowaniem zbyt tłustej, mięsnej diety.

Bakłażany zawierają białko, węglowodany, błonnik, potas, fosfor, wapń i magnez, sód, żelazo oraz witaminy B1, B2, PP, B6, C i kwas foliowy.

Oprac. (luk)

Bakłażany w sosie pomidorowym

Składniki: 50 dag bakłażanów, 2 łyżki maki, pół szklanki oleju, 1 kg pomidorów, łyżeczka cukru, 4-5 łyżeczek tartej bułki, pieprzek naci pietruszki, pieprz, sól.

Przygotowanie: obrane ze skórki bakłażany pokroić w plastry, posolić, obtoczyć w mące i usmażyć na oleju. Zdjąć z patelni, a na pozostawionym tłuszczu przygotować gęsty sos z 10-12 pomidorów i maki, doprawić go do smaku cukrem i solą, dodać drobno pokrojoną nać pietruszki. Bakłażany ułożyć warstwami w szerokim naczyniu, polewając każdą warstwę sosem i posypując tartą bułką. Wierzchnią warstwę pokryć sosem skropić olejem. Wstawić potrawę na 30 minut do piekarnika. Podawać po ostygnięciu, pokrojoną na kwadraty. Każdą porcję posypać mielonym pieprzem. (luk)

Pamiętaj**Dzieciom to się zdarza**

■ w domu ok. 500 000 dzieci rocznie ulega różnego rodzaju wypadkom

■ w Polsce, wypadkom ulega około 1 mln dzieci rocznie

■ w około 900 000 przypadków konieczna jest interwencja lekarza

■ około 120 000 przypadków wymaga hospitalizacji

■ około 80 000 dzieci i młodzieży w wieku 0-19 lat cierpi z powodu okresowego lub stałego kalektwa spowodowanego wypadkami

■ około 2300 przypadków kończy się śmiercią

■ w 54 proc. przypadków główną przyczyną zgonów dzieci i młodzieży w wieku 1-18 lat są wypadki i zatrucia

■ 70 proc. wypadków i zatrucia dzieci w wieku 0-6 lat ma miejsce w domu

■ przyczyną dziecięcych zatrucia są w 80 proc. przypadków leki

■ 83 proc. zgonów niemowląt będących rezultatem wypadków można uniknąć

Za tydzień w „Zdrowo”: jak zminimalizować ryzyko wypadku dziecka.

LECZ SIĘ SAM**Proszek z jarzębiny**

Jarzębinowych korali używa się do wykonywania różnych domowych witaminowych przetworów dopiero po przemrożeniu. Tracą wtedy swą charakterystyczną goryczkę i znikają z nich niezbyt smaczne składniki. W medycynie ludowej dążyć do popularnym lekiem stosowanym przy cierpieniach były suszone owoce jarzębiny. Sporządzano z nich odvary, napary, ale jadano również proszek. Spotkałem kilka osób, które zachwalały skuteczność tego bardzo wygodnego specyfiku. A oto kuraacja polecana przez Walentyne K. – Od dłuższego czasu cierpiałem na dolegliwości woreczka żółciowego. Przy większych emocjach, po zjedzeniu trochę bardziej cięższych potraw od razu pojawiały się większe lub mniejsze bóle. Jedną znajomą poleciła mi kurację proszkiem z jarzębiny. Okazała się ona



Fot. ARCHIWUM

bardzo skuteczna. Proszek jadłam przez prawie pół roku po trzy łyżeczki dziennie. Co dwa, trzy tygodnie

robiłam kilkudniową przerwę. Specyfik sporządza się bardzo prosto. 15 łyżek suszonych owoców jarzębiny oraz 15 łyżek owoców dzikiej róży zmieszać razem i sproszkować w młynku bezżarnowym (wypożyczonym w tzw. wiatraczek). Proszek przesypać do szczelnie zamkniętego słoika. Łyżeczkę rozpuścić w pół szklanki wody albo łagodnej herbaty ziołowej i wypić powoli łykami przed posiłkiem. Po spożyciu całej porcji ziółek zrobić kilka dni przerwy i kurację powtórzyć.

Według Jana B. przy dolegliwościach wątroby warto również stosować kurację proszkiem złożonym z równej części utłuczonych owoców jarzębiny, głogu oraz róży. Łyżeczkę proszku rozpuścić w pół szklanki wody i wypić przed posiłkiem

ZBIGNIEW PRZYBYŁAK

PRAWDY I MITY**Ból bywa dobrodziejstwem**

Prawda. To zmysłowe wrażenie kojarzy nam się z cierpieniem, smutkiem, zmartwieniem. Ale ból może być dobry. Ostrzeżenie przed grożącym niebezpieczeństwem i często ratuje nam życie. Nie jesteśmy w stanie wyobrazić sobie spustoszeń, jakie siałaby choroby przebiegające bezboleśnie. Większość dolegliwości charakteryzuje się typowymi rodzajami bólu: pulsujący – migrena; rozrywający – oparzenia, skaleczenia, ułknięcia; kłujący, palący, rwący – zapalenie korzonków. Warto wiedzieć, że na przykład przy zawale często boli palec u ręki, a przy zapaleniu trzustki – bark. Dzieje się tak dlatego, że nasz mózg mylnie interpretuje impulsy docierające z różnych części ciała.

Biedrzeniec anyż nadaje się tylko do przyprawiania dań

Nieprawda. Ta jedna z najbardziej znanych przypraw, oprócz olejków eterycznych, zawiera także cenne dla organizmu ludzkiego związki, takie jak tłuszcz, węglowodany, białko, cukier. Anyż jest skutecznym środkiem wykrztuśnym, regulującym trawienie: likwiduje wzdęcia i bolesne skurcze żołądka oraz jelit. Anyż zaleca się kobietom karmiącym, gdyż pobudza on laktację, ma właściwości antyseptyczne, działa korzystnie na układ pokarmowy niemowląt. Mieszanki ziołowe z owocami anyżu używane są przy zapaleniu wątroby, przy kamicy nerek i pęcherzyka żółciowego. Korzenie anyżu używane są również do leczenia nerwicy i schorzeń skórnych. (ka)

Do redakcyjnego zielnika włączamy kolejną roślinę. Opowiada o niej koszaliński aptekarz Rajmund Zarzycki, znawca ziół i ziołolecznictwa

Zielnik**Przetacznik leśny (łac. Veronica officinalis)**

Inne nazwy: bobownik, buberek, ożanek, poderwanie, przetacznik lekarski, sławczyk, suchidnik, ulóżnik, urocznik, weronika.

Ta płożąca się, zimozielona bylina wysoka do 20 centymetrów, rośnie na łąkach, pastwiskach, w lasach i zaroślach. Występuje niemal w całej Europie, a nawet na Syberii. Przetacznik kwitnie od czerwca do lipca. Nazwę swą wywodzi od imienia świętej Weroniki. W XIX wieku roślinę stosowano głównie jako namiastkę herbaty.

Surowcem leczniczym jest ziele zbierane w początkowy okres kwitnienia. Główne składniki: garbniki, glikozydy, saponiny, flawonoidy, kwasy organiczne, olejek eteryczny, woski, sole mineralne. Roślina wykazuje działanie moczopędne, żółciotwórcze, bakteriotwórcze, odtruwające, przeciwskurczowe, ściągające.



Zastosowanie lecznicze. Odwar z ziela zaleca się w stanach zapalnych i nieżytach jamy ustnej, gardła i oskrzeli, w zaburzeniach funkcjonowania przewodu pokarmowego, niedostatecznym przyswajaniu pokarmów (zwłaszcza u osób starszych), braku apetytu, wzdęciach, odbijaniu, bólach brzucha. Taki preparat pomaga w początkowym stadium wrzodów żołądka i dwunastnicy, w schorzeniach wątroby, nerek, pęcherza moczowego, w niewydolności nerek, zapaleniu węzłów chłonnych, a zewnętrznie w schorzeniach skóry. Kąpiele z dodatkiem odwaru przetacznika, ze względu na właściwości odkażające, stosuje się w schorzeniach skórnych – w trudno gojących się ranach, owrzodzeniach, świądzie skóry, a także bólach gośćcowych. Tampiony nasączone odwarem z ziela zaleca się w oparzeniach I i II stopnia. Należy przeciwwzględzić, siadówki w odwarze pomagają przy upławach i hemoroidach. (ka)

ZIELONYM DO GÓRY

Zniosą nasze zapomnienie

Jeśli nie zawsze mamy czas, żeby doglądać domowych roślin, zapominamy o podlewaniu i nawożeniu – nie musimy rezygnować z zieleni. Wystarczy, że wybierzemy gatunki, które doskonale zniosą zaniedbywanie.

Muszą to być rośliny, które tolerują suche powietrze i podłoże, mogą rosnąć w półcieniu i nie wymagają regularnego podlewania. Należy ich szukać przede wszystkim wśród sukulentów i pnączy.

Kuzyni drzewka szczęścia

Do sukulentów należy **aloes**. Zarówno pstry, jak i drzewiasty nie naszczęcają żadnych problemów. Lato mogą spędzać na balkonie, czy tarasie, w miejscu osłoniętym od deszczu, zimą trzeba im zapewnić chłodniejsze i jasne pomieszczenie. Podlewamy z umiarem, a w zimie prawie wcale. Nawozimy w lecie raz w miesiącu, a w razie potrzeby wiosną przesadzamy. Nasz popularny **grubosz** drzewiasty (drzewko szczęścia) nie jest osamotniony. Ma licznych braci: grubosza szablatego, widlakowatego, rozetkowatego. Wszystkie te gatunki przez cały rok powinny stać w miejscu jasnym i słonecznym. Znoszą wysoka temperaturę w zimie. Podlewamy przez cały rok bardzo oszczędnie, nawozimy raz w miesiącu.

Eszeweria nie dość, że ma dekoracyjne, grube liście, to jeszcze pięknie kwitnie. Lubi stanowisko jasne i słoneczne, piaszczyste podłoże i bardzo oszczędne podlewanie. Nawozimy raz w miesiącu odrobiną nawozu dla kaktusów.

Haworsja pochodząca z Południowej Afryki także dobrze zniesie uprawę w mieszkaniu. Nie będzie z nią żadnych problemów, jeśli będziemy ją podlewać rzadko i oszczędnie.

Idealną rośliną dla początkujących ogrodników jest sansewieria, zwana węzownicą. Przez cały rok wymaga stanowiska jasnego i ciepłego. Podlewamy dopiero wtedy gdy podłoże całkowicie wyschnie. Raz w miesiącu nawozimy nawozem dla kaktusów. Także rozmnażanie jest łatwe – przez podział lub przez sadzonki zrobione z liści.

Popularna zielistka

Ciekawszą rośliną jest **ceropegia**, tworząca cienkie zwisające pędy z sercowatymi liśćmi wyrastające z niewielkich bulwek. Lubi stanowisko słoneczne i przez cały rok umiarkowaną wilgotność podłoża. Od marca do sierpnia dobrze jest raz w miesiącu podlać ją nawozem dla kaktusów.

Zielistka doskonale się czuje w słońcu i w półcieniu. Lato może spędzać na dworze, w miejscu osłoniętym przed wiatrem i deszczem. Nie zaszkodzi jej przeschnięcie podłoża. Wystarczy nawozić ją raz w miesiącu nawozem dla roślin o ozdobnych liściach. Przesadzamy roślinę wiosną, ale dopiero wtedy, gdy bryła korzeniowa całkowicie przerosła stare podłoże. Roślina łatwo się rozmnaża – wystarczy posadzić w doniczkę obcięte rozłogi.

Do roślin łatwych w uprawie należą też **kordylina** i **dracena**. To gatunki spokrewnione z sobą. Trzeba im zapewnić miejsce jasne, ale nie słoneczne, ciepłe. W tym przypadku nie możemy jednak zapominać o podlewaniu. Podłoże powinno być stale

lekko wilgotne. Nawozimy w okresie wegetacji raz na dwa tygodnie, w zimie – raz w miesiącu.

Do dużych mieszkań nadaje się **monstera**. Roślina wymaga jasnego i ciepłego stanowiska. Podłoże powinno być stale lekko wilgotne, ale dobrze znosi też krótkie okresy suszy. Jedynym problemem jest kurz zbierający się na wielkich liściach. Trzeba go od czasu do czasu zetrzeć wilgotną ściereczką.

Bluszcz i inne pnącza

Z pnączy najbardziej wytrzymały na trudne domowe warunki jest **bluszcz**. Jeśli rośnie na ozdobnie ukształtowanych podporach, może być wspaniałą ozdobą pokoju. Znosi przesuszenie, w zimie trzeba bardzo ograniczyć podlewanie. Nadmiar wilgoci w podłożu może bluszcz zniszczyć. Roślina dobrze sobie radzi w chłodnych i ciemnych pomieszczeniach.

Bardzo wytrzymałe są **filodendrony**, chociaż przy nich trzeba bardziej uważać, żeby nie zalać, ani nie przesuszyć bryły korzeniowej. Filodendrony pnące dobrze znoszą przycinanie. Nie powinno się jednak wycinać korzeni powietrznych.

Żadnego kłopotu nie sprawi nam też **syngonium**, które wytrzymuje w zdrowiu nasz brak zainteresowania, chociaż dobrze jest utrzymywać stale lekko wilgotne podłoże.

■ W przyszłym tygodniu – ogród w grudniu.

MALWA

Wygraj z „Głosem Pomorza”

BANKIET	POGŁOSKA	MANELE, KŁAMOTY	MA JĄ CIEŁĘ	ROGATY ZNAK ZODIAKU	CECHA SILNEJ WOLI	DUŻE, PARTEROWE POMIESZCZENIE BEZ ŚCIAN DZIAŁOWYCH
BAJKOWY SKARBIEC	STOPIEŃ OFICERSKI	DRZEWO MELONOWE	TRZEBIENIEC	ASPIRATOR	KRZYK	
RWETES	KULISTA W KORONIE	ZWIASTUN	PAPIESKI WYSŁANNIK	PROSZONE ZEBRANIE TOWARZYSKIE	OFENSywa	
SMYKALKA	DUSICIEL	U DRZWI	WYBRANY KRÓL	METAL O SYMBOLU „U”	GRZYB JADALNY	CZEŚĆ KOŚCIOŁA
NARZĘDZIE DZIAŁ-KOWCA	SILNY JAK ...	DZIAŁ BIOLOGII	TYFUS	NIE SEN		
PODWYŻSZENIE POD TRUMNĄ	DUSZNICA	DAWNY WŁADCA ROSJI	SYMBOL OZNAKA	MIASTO NA UKRAINIE	SIOŁO	BAGAŻOWY
BARASZKOWANIE	OYLE-TANCTWO	STERCZĄCY PIEN DRZEWA	SZKIC	PRODUKT ROZPADU URANU		
METAL O L.A. 70	GŁOS MŁODEGO PTAKA	LECZY CHOROBY	MARCOWE U RZYMIAN	MAŁY, KREPY KON	BUDOWLA PORTOWA DO REMONTU STATKÓW	
PRZYPADKOWI WIDZOWIE	MOCNA KARTA	RODZAJ WODOSPADU	WODZIEK			
NISKI GŁOS	DO USZCZELNIANIA	W TKALNI				

Wśród osób, które w ciągu 7 dni przysłały prawidłowe rozwiązanie krzyżówki, rozlosujemy nagrodę – perfumowany balsam do ciała i dezodorant firmy Gosh ufundowane przez sklep kosmetyczny „Maskara” w Koszalinie.

Rozwiązanie dzisiejszej krzyżówki – wycięte hasło naklejone na kartkę pocztową – należy przesłać pod adresem: „Głos Pomorza”, ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, z dopiskiem „Zdro-
wo”. Dla osób, które prześlą rozwiązanie drogą sms-ową, mamy nagrody specjalne. Nagrodę za rozwiązanie krzyżówki sprzed tygodnia, kosmetyki firmy Gosh wylosowała **Dorota Krotkiewicz** ze Szczecinka.

Nagrody za rozwiązanie sms-owe wędrują do **Wojciecha Kiełkowskiego** z Kołobrzegu i **Aliny Nowakowskiej** ze Słupska.

■ Nagrody prześlemy pocztą.



Wygrali z „Głosem Pomorza”

Zestawy parasoli i kurtek przeciwdeszczowych

- Piotr Krótki z Koszalina
- Alicja Winiarczyk z Koszalina
- Halina Kaczorowski z Łęborka
- Małgorzata Siemienińska ze Słupska

Nagrody zostaną przesłane pocztą.

sklep kosmetyczny
Koszalin, ul. Dworcowa 7
tel./fax 346 07 66

maskara

MARBERT
Serum na cellulit
+ woda 50 ml do ciała w prezencie

GOSH
11 rodzajów zestawów świątecznych – w każdym dezodorant gratis

MARBERT
Krople energii – krem do twarzy + tonik w prezencie

Ten kupon upoważnia do zakupu błyszczącej
19,90 zł
29,90 zł
10 zł
taniej

Promocja ważna do wyczerpania zapasów

głos Pomorza

Wygraj kosmetyki

wyślij sms-em rozwiązanie krzyżówki na numer **7228**

o treści: gp kr32 hasło, imię, nazwisko, adres

przykład: gp kr32 kondycja, Jan Nowak, Koszalin, ul. Długa 00/0
Nagrodę za rozwiązanie krzyżówki z 22.11. otrzyma: **Cyryla Wrzeszcz** z Cewic, **Julia Puzio** z Koszalina

Co tydzień losowanie nagród

Koszt zabawy 2,44 zł

Wsparcie w zaparciu



Alax

drażetki - produkt złożony

Alax to lek ziołowy skuteczny w zaparciach zarówno atonicznych, spowodowanych osłabieniem lub zanikiem ruchów perystaltycznych jelit, jak i spastycznych, wywołanych stanem skurczowym mięśni gładkich jelit.



POZNAN
TYLKO NATURA

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skontaktuj się z lekarzem lub farmaceutą.

Rozpoznaj, co ci dolega

Jeżeli ból czujemy w całym brzuchu, zapewne pochodzi on z jelit. Wywołuje go nadmiar jedzenia i gromadzące się gazy.

Po obfitym, na przykład świątecznym zjedzeniu, u osób cierpiących na wrzody żołądka i dwunastnicy, objawy mogą się nasilić. Mogą to być, oprócz silnego bólu, nudności, wymioty i biegunka. Nawet zdrowi mogą poczuć się źle, kiedy zbyt gorące albo za zimne czy ostre potrawy, często w połączeniu z alkoholem, podrażnią żołądek. Tłuste mięsa, wędliny i desery przeciążają z kolei pęcherzyk i drogi żółciowe, a także trzustkę. Wówczas mogą się ujawniać utajone dotąd choroby tych narządów.

Pieczenie w przełyku

Zgagę zna wielu z nas. Jest znakiem, że żołądek wydziela więcej soków trawiennych, niż potrzeba, na czym cierpi delikatna śluzówka. Zgagę powodują pokarmy słodkie i tłuste. Pieczeniu może towarzyszyć ból, promieniujący wzdłuż przewodu pokarmowego. Kiedy pojawia się w klatce piersiowej, może zostać nawet pomyłony z zawałem. Silniejsze objawy występują u palaczy.

Uciążliwa czkawka

Odbijanie i czkawka pojawia się, kiedy zbyt szybko konsumujemy posiłek, zamiast jeść spokojnie i powoli. Jedząc pośpiesznie, duże kęsy, w dodatku mówiąc i polykając przy tym sporo powietrza, narażamy się na te właśnie dolegliwości. Nagromadzone powietrze chce opuścić przewód pokarmowy, żeby trafić do płuc. Ratunkiem może się okazać wypicie małymi łykami szklanki letniej wody. A w przyszłości – spokojne jedzenie.

Niestrawność

To ogólny dyskomfort, któremu towarzyszą różne dolegliwości – zgaga, wzdęcia, czkawka, a także uczucie mdłości.

W fachowym języku niestrawność nazywana jest dyspepsją. Najczęściej atakuje osoby poddające się różnym dietom, odchudzaniu i cierpiące na dolegliwości układu pokarmowego, a także tych, którzy zazwyczaj jedzą niewiele, a czasem pozwalają sobie na prawdziwą ucztę. Dla żołądka, który zdążył zapomnieć o ciężkostrawnych i tłustych posiłkach, bigos czy smażona ryba są prawdziwym wstrząsem. Jeżeli chcemy uniknąć niestrawności, nie poddawajmy się łakomstwu. A jeśli mamy zamiar zasiąść przed stołem zastawionym stołem, wcześniej zjedźmy coś lekkiego – na przykład jogurt. To przygotuje żołądek do ciężkiej pracy.

Przód jak balon

Wzdęcie jest efektem zjedzenia zbyt wielu potraw, zawierających wiatropędne składniki, takich jak groch, fasola, kapusta, cebula czy smażone pierogi. Mogą je spowodować także słodkocze i surowe warzywa. W tym kłopotliwym przypadku najlepiej udać się do toalety, aby uwolnić zbierające się gazy. Po wstrzymaniu ich może się skończyć kolką jelitową, a nawet niebezpiecznym skurczem jelit. Aby uniknąć wzdęć, potrawy z warzyw strączkowych i kapusty powinniśmy doprawiać kminkiem.

Wrażliwa wątroba

Czujesz ból w prawym boku, wysoko nad pępkiem, promieniujący na wszystkie strony, najczęściej atak bólu występuje po posiłku.

Kłopoty z wątrobą mają często osoby, które przeszły żółtaczkę albo leczenie antybiotykami, długotrwale piły alkohol lub zatrute grzybami. Unikaj czosnku, cebuli, potraw smażonych i innych, co do których przekonałeś się, że ci szkodzi. Stawaj się jeść z umiarem, częściej, ale niewielkich porcjach.

Łagodzą tabletki silimarol i raphacholin, napary z zieleń dzurawca i mięty.

Dolegliwości podczas miesiączki

Ból w dole brzucha i okolicy krzyża; skurcze; ulgę przynosi podciągnięcie kolan pod brodę. Poza tym, często jesteś wtedy zirytowana, płaczliwa.

Winne są silne skurcze macicy i jajowodów.

Co możesz zrobić?

Wiedząc, kiedy nadejdzie miesiączka, zaplanuj jej pierwsze dni

ulgowo: bez ważnych spotkań i dalekich podróży

■ gdy się denerwujesz, pij melisę, unikaj zaś mocnej kawy i herbaty

■ jeśli stosujesz regularnie środki antykoncepcyjne, porozmawiaj z lekarzem o tabletkach hormonalnych: kobiety, które je przyjmują, mają mniej obfite i niemal bezbolesne miesiączki

Pij ziołowe napary z dzurawca, kozłka lekarskiego, krwawnika i rumianku, w czasie silnych ataków bólu tykaj środki przeciwbólowe (np. zawierające paracetamol).

Choroba wrzodowa żołądka lub dwunastnicy

Objawy: tępy, palący, nawracający ból w nadbrzuszu; bóle jak przy gwałtownym ataku głodu („ściskanie w dołku”). Ataki pojawiają się zwykle pomiędzy posiłkami lub w nocy, a zmniejszają się lub ustępują po niewielkim posiłku. Po obfitych posiłkach pojawiają się silne bóle, uczucie pełności, a nawet wymioty.

Bakterie. Wbrew powszechnemu mniemaniu, choroba ta nie pojawia się na skutek stresów. Bezpośredni winowajca to bakteria *Helicobacter pylori*, ale nasze obyczaje żywieniowe i stresy wspierają wydatnie tę bakterię w tworzeniu owrzodzenia. Choroba wrzodowa nęka szczególnie osoby, które palą, piją dużo alkoholu i przyjmują często pewne leki, np. aspirynę lub środki przeciwbólowe zawierające ibuprofen.

Idź do lekarza! Leczenie zakończy twoje kłopoty w kilka tygodni. Nieleczona choroba wrzodowa może dać groźne powikłania w postaci krwotoku lub pęknięcia owrzodzenia, a to wymaga natychmiastowej operacji. Poza tym:

■ rzuć palenie, nie nadużywaj alkoholu i środków przeciwbólowych

■ jedz regularnie, o ustalonych porach

■ nie jedz potraw, po zjedzeniu których zwykle odczuwasz ból

Lepiej kup: mleczko mianin; tabletki maalox, rennie lub tums; almagestrin w zawieszynie lub tabletkach.

Wrzodzące zapalenie okrężnicy

Jeśli odczuwasz częste bóle brzucha z wysoką gorączką; masz biegunki z krwią, śluzem i ropą w stolcu. Dolegliwości te mogą pojawić się w każdym wieku, ale najczęściej choroba zaczyna się rozwijać w wieku kilkunastu lat, w okresach szczególnego stresu (na przykład po egzaminach do liceum lub maturze).

Lekarze wciąż nie mają pewności, co powoduje tę chorobę.

Samo nie przejdzie. Leczenie zapalenia okrężnicy może mieć fatalne skutki (od niedożywienia i wyniszczenia do pęknięcia jelita grubego), dlatego trzeba iść do lekarza. W ciężkich wypadkach niezbędna może być operacja.

Wyrastek robaczkowy

Ból pojawia się nagle i jest bardzo ostry. Zwykle umiejscawia się w prawym dole biodrowym, ale może też promieniować do innych części brzucha, a nawet pleców.

Położ się i spróbuj unieść prawą nogę, jeśli boli jeszcze bardziej, dzwoń po pogotowie.

Trzustka

Może boleć w centralnej części brzucha. Bywa, że ból promieniuje do pleców, przeszywa na wylot. Przyjrzyj się swojemu jadłospisowi. Wiesz, czego lepiej unikać, więc dlaczego tego nie robisz? Dlatego boli cię trzustka!

Jeśli masz nietolerancję laktozy

Jak odczuwasz? Bóle po posiłku – szczególnie mlecznym, wzdęcia, gazy, rozwołnienie.

Dlaczego? Organizm co 10 osobę nie produkuje dostatecznej ilości enzymów odpowiedzialnych za trawienie laktozy, czyli cukru obecnego w mleku; nie toleruje się wtedy ani mleka, ani produktów mlecznych.

Spróbuj! Odstaw na kilka tygodni mleko, sery, jogurty, po czym stopniowo znów wprowadzaj je do swojej diety. Jeśli i tym razem organizm zareaguje bólami i biegunką, idź do lekarza. Jeśli leczenie nie da efektów, trzeba będzie nauczyć się żyć bez mleka i produktów mlecznych. W takim wypadku niezbędna będzie wizyta u dietetyka.

Oprac. (mag)

Nie każdy ból brzucha to schorzenie gastrologiczne

Gdy boli brzuch

Rozmowa z

lek. med.

ELŻBIETA PIOTROWSKA

gastrologiem z Poradni Gastrologicznej przy szpitalu MSWiA w Bydgoszczy

– Bóle brzucha to bardzo nieprzyjemna dolegliwość. Co nas tak naprawdę może boleć?

– W jamie brzusznej mieści się całe mnóstwo narządów: żołądek, dwunastnica, jelito cienkie, jelito grube, wątroba, trzustka, a także układ moczowy i narządy rodne. I to właśnie one mogą być źródłem bólu.

– Czyli nie każdy ból brzucha to schorzenie gastrologiczne?

– Oczywiście, choć rzeczywiście najczęściej dotyczy on schorzeń układu pokarmowego, zarówno jego górnego, jak i dolnego odcinka. Niemniej zdarzają się np. dolegliwości ze strony układu moczowego czy

ginekologiczne. Zatem nierzadko trudno jest lekarzowi od razu określić, który narząd jest źródłem bólu. Poza tym bóle mogą promieniować lub nakładać się na siebie. Czasem ich zdiagnozowanie wymaga dokładnego zebrań wywiadu, badania przedmiotowego i często szeregu badań dodatkowych. Nierzadko gastrologi muszą się konsultować np. z urologiem czy ginekologiem, by móc postawić właściwą diagnozę. Nierzadko bóle brzucha są objawami chorób ogólnoustrojowych, np. niewyrównanej cukrzycy, obrzęku węzłów chłonnych, czy przebiegu chorób infekcyjnych, zwłaszcza u dzieci.

– Jak można opisać bóle brzucha?

– Mogą być różnego rodzaju. Dzielę się je na: ostre i przewlekłe, zwane również nawracającymi. Ostre bóle brzucha najczęściej wiążą się z ostrym schorzeniem przewodu pokarmowego, np. zapaleniem żołądkowo-jelitowym, kamicą pęcherzyka żółciowego.

– Co je wywołuje?

– Zjedzenie nieswieżej potrawy albo dania ciężkostrawnego, tłustego. Ból zazwyczaj jest bardzo silny, pojawia się już wkrótce po spożyciu

tej potrawy. Mogą towarzyszyć mu wymioty i biegunka. W takim przypadku należy przede wszystkim zastosować ścisłą dietę, wstrzymać się od jedzenia, starać się w miarę możliwości uzupełniać płyny (niesłodzona herbata, woda mineralna niegazowana). Można sięgnąć po jakiś lek rozkurczowy dostępny w aptece bez recepty.

– A co robić, gdy ból nie przechodzi?

– Gdy dolegliwości nie ustępują, to trzeba koniecznie zgłosić się do lekarza.

– Jednak za ostrym bólem brzucha nie tylko może kryć się ostre zapalenie żołądkowo-jelitowe...

– Niestety, może to być znacznie poważniejsza dolegliwość taka jak np. perforacja, czyli przedziurawienie, wrzodu żołądka czy dwunastnicy. Wtedy cała treść żołądkowa wylewa się do jamy otrzewnowej, drażni ją i powoduje silne bóle.

Perforację nie zawsze muszą poprzedzać dolegliwości charakterystyczne dla choroby wrzodowej. Czasem może to być jej pierwszy objaw i wymaga natychmiastowej pomocy lekarza. Dolegliwości są tak silne, że zazwyczaj zmuszają do wezwania karetki pogotowia.

– Czy określona dieta może złagodzić dolegliwości?

– W większości chorób przewodu pokarmowego wstrzymanie się od jedzenia daje pewną poprawę. Wyjątkiem jest choroba wrzodowa dwunastnicy. W jej przypadku dłuższe głodzenie się wręcz nasila ból. Radzę spożywać posiłki regularnie, w miarę możliwości o stałych godzinach oraz unikać częstego spożywania potraw wielokrotnie odgrzewanych, smażonych, słodkich oraz dużej ilości napojów gazowanych. Jak się okazuje, nawet nadmiar gumy do żucia szkodzi. Guma do żucia często jest dosładzana solbitolem, który może powodować wzdęcia brzucha i biegunki. Zalecam również dużo się ruszać. Sprawność fizyczna (spacery, uprawianie sportów) zapobiega gromadzeniu się w jelitach nadmiernej ilości gazów, które zazwyczaj są przyczyną uporczywych wzdęć i kolik.

Rozmawiała

MALGORZATA WĄSACZ



Fot. PRZEMYSŁAW GRYN

Nawet zdrowi mogą poczuć się źle, kiedy zbyt gorące albo za zimne czy ostre potrawy, często w połączeniu z alkoholem, podrażnią żołądek.

Zestaw ratunkowy na półce

Sprawdź, czy masz...

Nawet jeśli rzadko cierpisz na bóle brzucha, lepiej skompletuj domowy zestaw ratunkowy:

Krople miętowe

Pomagają przy niewielkiej niestrawności.

Węgiel

Przydaje się przy zbyt częstych wizytach w toalecie, ale warto mieć też smectę albo któryś z leków homeopatycznych czy ziołowych na biegunkę.

Espumisan

Pomaga pozbyć się gazów z napiętego brzucha.

Malox, mianin, renni i inne

Pomagają na zgagę. Łagodzą pieczenie, ale co najważniejsze – zobojętniają wydzielany w żołąd-

ku kwas solny i dzięki temu zapobiegają podrażnieniu śluzówki.

Ranigast

Jeśli cierpisz na wrzody, masz pewnie swoje leki, ale gdyby zabrakło, lepiej mieć w pogotowiu ranigast lub ranimax, które hamują wydzielanie kwasu solnego w żołądku.

Silimarol

Podobnie jak raphacholin czy artecholin pomaga na wątrobę protestującą przeciwko nadmiarowi tłuszczu w ostatnim posiłku.

Kreon

Są to kapsułki pełne enzymów trawiących tłuszcze, cukry i białka. Jeśli już wiesz, że twoja trzustka czasami się buntuje, kreon lub podobny panzytrat pozwolą ci przetrwać szaleństwa ucztowania.

KURACJE DOMOWE

Gdy boli brzuch

Na wszelkie dolegliwości żołądkowo-jelitowe, kolki, rwania, pieczenia, uczucia ciężkości, popularnie w ludowej medycynie nazywane boleściami brzucha polecano wiele prostych leków. Jednym z najbardziej popularnych ziół była zawsze mięta.

Mięta

Najprostszym domowym lekiem przy boleściach brzucha jest podanie kropli miętowych na cukier lub z odrobiną wody. Gdy boleści brzucha są silne i wynikają z niestrawności czy przejedzenia, warto przygotować miętowy napar nieco silniejszy i wypić go w ciągu godziny łykami.

Na skurcze i wzdęcia

Przy skurczach, uciążliwych wzdęciach – korzystne jest picie mieszanki złożonej z równych części liści mięty pieprzowej, nasion anyżu, nasion kminku oraz nasion kopru włoskiego i kwiatów nagietka. Łyżkę mieszanki zalać szklanką wrzątku. Kilka minut na małym ogniu parzyć pod szczelnym przykryciem nie dopuszczając do wrzenia. Odcedzić. Wypić szklankę w ciągu dnia małymi łykami.

Proszek i napar

Sławna zielenka średniowieczna, coraz bardziej popularna w ostatnich latach, św. Hildegarda z Bingen uważała, że jednym z najlepszych leków na boleści brzucha jest koper włoski. Najprostsza kuracja przy niedomaganiach żołądkowych, wzdęciach, niestrawnościach polega na wolnym, dokładnym pogryzieniu łyżeczki nasion, najlepiej w dwu, trzech porcjach w odstępie 1-2 godzin. Można również w razie boleści zażywać łyżeczkę sproszkowanego kopru włoskiego zmieszanego z pół łyżeczką węgla drzewnego. Wszystkie najlepiej rozpuścić w ćwierć szklanki wody albo herbaty miętowej lub rumiankowej. Ze sproszkowanego kopru, 1 łyżeczka na pół szklanki wrzątku, można sporządzić napar. Wypić bardzo ciepły powoli łykami.

Rumianek z koprem

Sławny polski ziołarz prof. Jan Muszyński przy bólach żołądka, wzdęciach, biegunkach radził podawać niemowlętom co 2 godziny po parę łyżeczek herbaty z kopru włoskiego i rumianku. Zmieszać po jednej łyżeczce wymienionych ziół, zalać szklanką wrzątku. Odstawić na kilka minut. Herbatę taką mogą pić również dorośli, co pewien czas łykami. Dziennie 1-2 szklanki. Przy bolesnych biegunkach warto do mieszanki dodać nieco suszonych czarnych jagód.

Na kolki i uczucie ciężkości

Przy kolce i uczuciu ciężkości pomocna okazać się może następująca mieszanka. Zmieszać po 10 g rozdrobnionych dokładnie nasion kopru włoskiego, kminku oraz korzenia waleriany. Dodać 20 g liści mięty i 50 g kwiatów rumianku. Kopiaść łyżkę mieszanki zalać szklanką wrzątku. Odstawić pod przykryciem na kilka minut. Potem parzyć wszystko pod przykryciem przez kilka minut na małym ogniu nie dopuszczając do wrzenia. W ciągu dnia wypić powoli łykami 1-2 szklanki ciepłego odwaru.

Na bóle i zgagę

W przypadkach, gdy bólem żołądka towarzyszą wzdęcia oraz zgaga, rosyjska medycyna ludowa polecała pić po pół szklanki 3 – 4 razy dziennie następującej herbaty: zmieszać równe ilości zieleń dzurawca, zieleń krwawnika, owoców kopru włoskiego i liści mięty. Trzy łyżki stołowe mieszanki zalać litrem wrzątku. Parzyć kilka minut pod przykryciem na małym ogniu nie dopuszczając do wrzenia.

ZBIGNIEW PRZYBYŁAK

po pierwsze człowiek

Pomagamy chronić
to, co najcenniejsze...

SZUKAJ APTEK ZE ZNAKIEM



APOFARM®

www.popierwszeczlowiek.apofarm.pl

Gimnazjalny test matematyczno-przyrodniczy

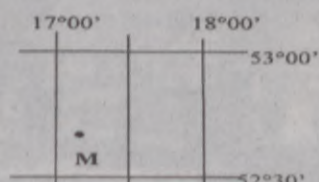
I już po próbie

Skończył się próbny egzamin w gimnazjach województwa pomorskiego. W czwartek podpowiedzieliśmy uczniom, jak należało rozwiązać test humanistyczny, dziś podajemy zadania i odpowiedzi z części matematyczno-przyrodniczej.



Zadanie 1. (0 – 1)

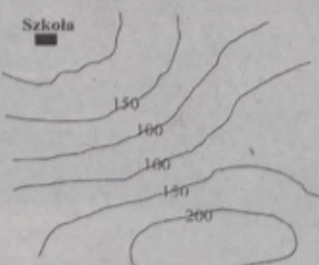
Jakie są współrzędne geograficzne miejscowości M zaznaczonej na rysunku?



- A. 52°40' N, 17°10' E
B. 52°50' N, 17°15' E
C. 53°00' N, 17°00' E
D. 53°20' N, 18°50' E

Zadanie 2. (0 – 1)

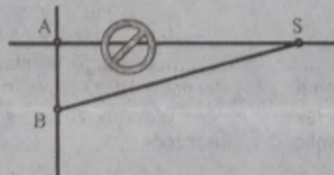
Na rysunku przedstawiono fragment mapy poziomicowej. Jaka jest wysokość bezwzględna terenu, na którym znajduje się szkoła?



- A. Od 100 m do 150 m n. p. m.
B. Od 150 m do 200 m n. p. m.
C. Od 200 m do 250 m n. p. m.
D. Od 250 m do 300 m n. p. m.

Zadanie 3. (0 – 1)

Odcinek AS ulicy wyłączono z ruchu. O ile metrów więcej uczeń musi przejść, aby dotrzeć do szkoły S z miejsca A przez punkt B, jeżeli (AS) = 24 m, (BS) = 25 m?



- A. 32
B. 8
C. 7
D. 1

Zadanie 4. (0 – 1)

Boisko szkolne jest czworokątem o bokach: 139 m, 111 m, 125 m i 116 m. Zostało ono ogrodzone siatką. W ogrodzenie wmontowano dwie stalowe bramy każda o szerokości trzech metrów. Ile metrów bieżących siatki zużyto na wykonanie ogrodzenia boiska?

- A. 497 B. 491 C. 488 D. 485

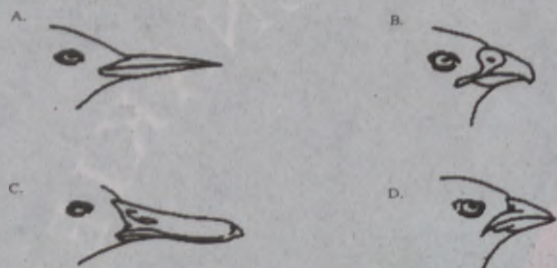
Zadanie 5. (0 – 1)

Wydzielona przy szkole część parku zajmuje powierzchnię 175 m kw. Ile to km kw.?

- A. 0,000175 B. 0,00175 C. 0,0175 D. 0,175

Zadanie 6. (0 – 1)

W koronach drzew szkolnego parku żyje wiele ptaków. Nie można jednak wśród nich zaobserwować ptaka o następującym kształcie dzioba.



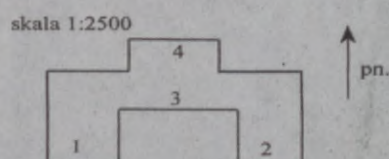
Zadanie 7. (0 – 1)

Nad szkołą przelatywało stado szpaków. Ptaki te odlatują jesienią do innych krajów, ponieważ w tym okresie w Polsce

- A. często występują niskie temperatury i brakuje pokarmu.
B. znacznie zwiększa się ilość opadów atmosferycznych.
C. brakuje schronienia z powodu opadania liści z drzew.
D. z północy przylatują na zimę konkurencyjne ptaki.

Zadanie 8. (0 – 1)

Sala gimnastyczna jest najbardziej na północ wysuniętą częścią szkoły. Jaką liczbą oznaczono na planie szkoły pawilon, w którym znajduje się sala gimnastyczna?



- A. 1
B. 2
C. 3
D. 4

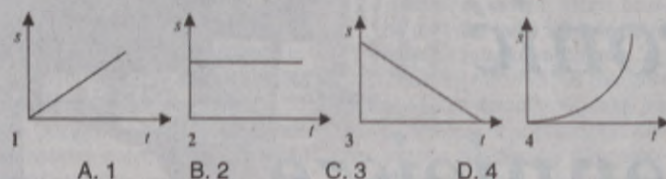
Zadanie 9. (0 – 1)

Plan szkoły został wykonany w skali 1: 2500. Długość jednego z pawilonów szkoły, mierzona wzdłuż zewnętrznej ściany, ma na planie 2 cm. Jaka jest rzeczywista długość ściany tego pawilonu?

- A. 50 m B. 40 m C. 25 m D. 20 m

Zadanie 10. (0 – 1)

Rzucona w górę piłka, po osiągnięciu maksymalnej wysokości, spada swobodnie. Który wykres przedstawia zależność przebytej przez piłkę drogi s od czasu t jej spadania?



- A. 1 B. 2 C. 3 D. 4

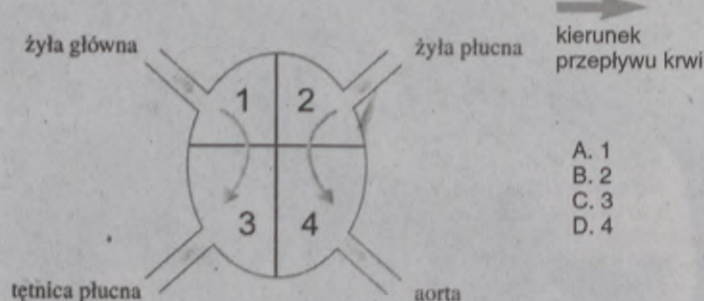
Zadanie 11. (0 – 1)

Włókna naturalne w porównaniu z włóknami syntetycznymi pochłaniają więcej potu. Do uszycia koszulki gimnastycznej wykorzystano materiał z naturalnego włókna. Jest nim

- A. nylon. B. anilana. C. bawełna. D. elana.

Zadanie 12. (0 – 1)

Na schemacie przedstawiono przedsionki i komory serca. Którą liczbą oznaczono lewą komorę serca?



- A. 1
B. 2
C. 3
D. 4

Zadanie 13. (0 – 1)

W szkole są trzy klasy trzecie. Uczniowie klasy III C stanowią 80% liczby uczniów klasy III A, a uczniów w klasie III B jest o 2 mniej niż uczniów w klasie III A. Które wyrażenie opisuje liczbę uczniów we wszystkich klasach trzecich, jeżeli x oznacza liczbę uczniów uczęszczających do klasy III A?

- A. $0,8x + x + 0,8x + 2$ B. $0,8x + x + x + 2$
C. $0,8x + x + x - 2$ D. $x + 0,8x + 0,8x - 2$

Zadanie 14. (0 – 1)

Do akwarium z prostokątną podstawą o wymiarach 70 cm na 30 cm uczniowie włożyli dwukilogramowy kamień. Poziom wody podniósł się wówczas o 0,4 cm. Wykorzystując wyniki tych pomiarów, uczniowie oszacowali masę 1 cm sześć. kamienia. Która z podanych wartości jest wynikiem tych obliczeń?

- A. ok. 240 g B. ok. 24 g C. ok. 2,4 g D. ok. 0,24 g

Zadanie 15. (0 – 1)

Uczniowie, przeprowadzając doświadczenia chemiczne, zaobserwowali, że roztwory zawierające związki wody i tlenków niemetali zabarwiają na czerwono sok z czerwonej kapusty. W której z poniższych grup substancji wymienione są wyłącznie niemetale?

- A. Węgiel, żelazo, siarka, miedź. B. Krzem, magnez, tlen, glin.
C. Fosfor, azot, siarka, węgiel. D. Sód, tlen, wapń, azot.

Zadanie 16. (0 – 1)

Skrócone zapisy chemiczne 3 Fe , 2 H_2 , 5 CaO oznaczają:

- A. 3 cząsteczki żelaza, 4 atomy wodoru, 5 atomów wapnia, 5 atomów tlenu.
B. 3 atomy żelaza, 2 cząsteczki wodoru, 5 cząsteczek tlenu wapnia.
C. 3 atomy żelaza, 2 atomy wodoru, 5 cząsteczek tlenu wapnia.
D. 3 atomy żelaza, 4 atomy wodoru, 5 cząsteczek tlenu wapnia.

Zadanie 17. (0 – 1)

W wyniku reakcji spalania 24 g magnezu powstało 40 g tlenku magnezu. Ile gramów tlenu wzięło udział w tej reakcji?

- A. 8 B. 16 C. 32 D. 64

Zadanie 18. (0 – 1)

Uczniowie badali zależność rozpuszczalności azotanu (V) sodu NaNO_3 od temperatury wody. Uzyskane wyniki przedstawili w tabeli.

Temperatura w °C	0°	20°	40°	60°
Masa rozpuszczonego NaNO_3 w g	70	85	100	120

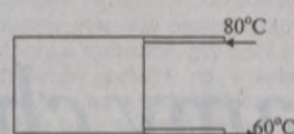
Na podstawie wyników doświadczenia sformułowali wniosek, że rozpuszczalność azotanu (V) sodu

- A. maleje proporcjonalnie do wzrostu temperatury.
B. maleje proporcjonalnie do spadku temperatury.
C. rośnie wraz ze wzrostem temperatury.
D. rośnie wraz ze spadkiem temperatury.

Zadanie 19. (0 – 1)

W ciągu jednej godziny przez kaloryfer w pracowni fizycznej przepływa 5 litrów wody. Przy przepływie każdego kilograma wody, ochładzającej się o 1 st. C, grzejnik przekazuje do otoczenia 4,2 kJ energii. Z którego zapisu skorzystasz, aby obliczyć, ile kilo-

dżuli energii przekazuje do otoczenia ten grzejnik w ciągu jednej godziny?



- A. $\Delta E = 5 \text{ kg} \cdot 4,2 \frac{\text{kJ}}{\text{kg} \cdot ^\circ \text{C}} \cdot 20^\circ \text{C}$
B. $\Delta E = 5 \text{ kg} \cdot 4,2 \frac{\text{kJ}}{\text{kg} \cdot ^\circ \text{C}} \cdot 60^\circ \text{C}$
C. $\Delta E = 5 \text{ kg} \cdot 4,2 \frac{\text{kJ}}{\text{kg} \cdot ^\circ \text{C}} \cdot 70^\circ \text{C}$
D. $\Delta E = 5 \text{ kg} \cdot 4,2 \frac{\text{kJ}}{\text{kg} \cdot ^\circ \text{C}} \cdot 80^\circ \text{C}$

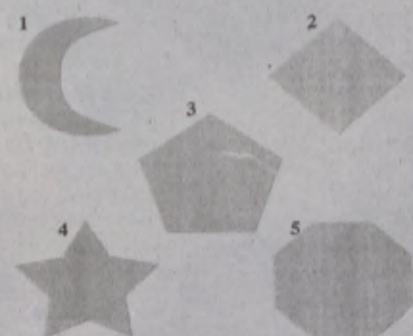
Zadanie 20. (0-1)

Na klasową zabawę zamówiono napoje i ciasteczki, za które każdy z 24 uczniów klasy miał zapłacić 5 zł. Niestety, czworo uczniów z powodu choroby nie wzięło udziału w zabawie. Koszt został rozłożony na pozostałych uczestników. Ile tenz pieniądze musi zapłacić każdy z nich?

- A. 5,20 zł B. 5,50 zł C. 5,80 zł D. 6 zł

Zadanie 21. (0-1)

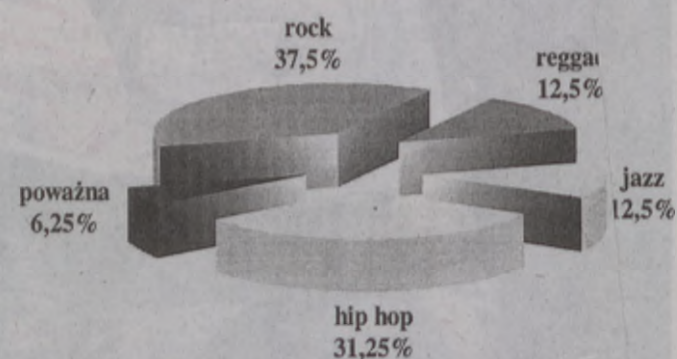
Na zabawę przygotowano ciastka o różnych kształtach. Które ciastka mają dokładnie 5 osi symetrii?



- A. 2 i 3 B. 3 i 4 C. 4 i 5 D. 3 i 5

Zadanie 22. (0-1)

Zainteresowania muzyczne uczniów klasy III C przedstawiono na diagramie kołowym. Dwunastu uczniów tej klasy lubi muzykę rockową. Ilu uczniów liczy cała klasa?



- A. 36 B. 32 C. 28 D. 24

Zadanie 23. (0-1)

W loterii klasowej wygrana przypada na losy z numerami wyrażonymi liczbami dwucyfrowymi o 54 mniejszymi od czb, które otrzymamy z nich po przestawieniu cyfr. Który spośród losów o podanych poniżej numerach jest pusty?

- A. 45 B. 39 C. 28 D. 17

Zadanie 24. (0-1)

Jednorazowe kubeczki do ciepłych napojów wykonane są ze styropianu. Która właściwość styropianu zadecydowała, że wytwarza się z niego taki produkt?

- A. Szybko się nagrzewa. B. Jest izolatorem ciepła.
C. Dobrze przewodzi ciepło. D. Ma małe ciepło właściwe.

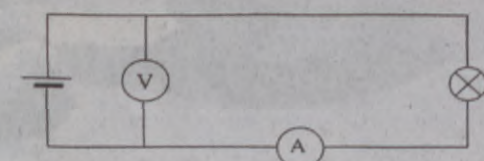
Zadanie 25. (0-1)

Znaczną część odpadów wyrzucanych po zabawie stanowią opakowania. Które z nich przyjazne są dla środowiska?

- A. Foliowa torebka. B. Styropianowy kubek.
C. Plastikowa butelka. D. Papierowa torba.

Zadanie 26. (0-2)

Uczniowie otrzymali zestaw składający się z zasilacza 12 V, żaróweczki o mocy 1,2 W, woltomierza i amperomierza. Zbudowali obwód elektryczny według schematu przedstawionego na rysunku. Jakimi były wskazania mierników?



	wskazanie
woltomierz	
amperomierz	

Zadanie 27. (0-2)

W szkole przygotowano papier do drukowania zestawów zadań. Jeden zestaw zawiera 8 kartek. Gdyby zawierał o jedną kartkę mniej, to przygotowany papier wystarczyłby dla 10 uczniów więcej. Dla ilu uczniów można wydrukować z przygotowanego papieru zestawy 8-kartkowe? Zapisz obliczenia.

Zadanie 28. (0-3)

Uczniowie postanowili pomalować w klasie białe ławki. Każda ławka ma blat w kształcie prostokąta o wymiarach 0,6 m na 1 m. Jedna puszka farby przy malowaniu pierwszej warstwy wystarczy na 12 m kw. powierzchni, a na drugą warstwę zużycie jest o połowę mniejsze. Na pomalowanie ilu ławek wystarczy jedna puszka farby, zakładając, że każda ławka jest malowana dwukrotnie? Zapisz obliczenia.

Zadanie 29. (0-2)

W tabeli przedstawiono dzienne zapotrzebowanie energetyczne organizmu człowieka (w kJ).

	Płeć męska	Płeć żeńska
Dziecko (8 lat)	8800	8800
Nastolatek (15 lat)	12600	9600
Osoba dorosła pracująca w biurze	11500	9450
Osoba dorosła wykonująca ciężką pracę fizyczną	20000	12600

Na podstawie danych z tabeli podaj trzy czynniki, od których

zależy dzienne zapotrzebowanie energetyczne organizmu człowieka.

- 1.....
- 2.....
- 3.....

Zadanie 30. (0-2)

Krysia sporządziła z wody i cukru 5-procentowy roztwór. Ile gramów wody i ile gramów cukru użyła do przygotowania 5000 g takiego napoju? Zapisz obliczenia.

Zadanie 31. (0-4)

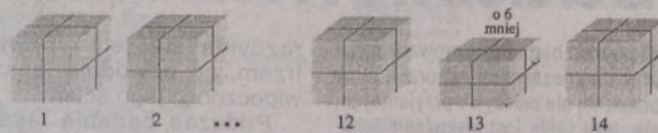
Uczniowie klasy III A kupili w sklepie szkolnym 6 paczek paluszków po 1,50 zł za paczkę, 4 butelki lemoniady i 5 paczek ciastek. Za zakupy zapłacili 30 zł. Gdyby kupili tyle samo paluszków, 5 butelek lemoniady i 4 paczki ciastek, to zapłaciliby o 0,30 zł więcej. Zapisz układ równań opisujący tę sytuację, przyjmując oznaczenia: x – cena jednej butelki lemoniady, y – cena jednej paczki ciastek. Oblicz cenę butelki lemoniady oraz cenę paczki ciastek. Zapisz obliczenia.

Zadanie 32. (0-3)

Tablica informacyjna w szkole miała wymiary 1,2 m na 2,5 m. Nie mieściły się na niej wszystkie informacje potrzebne uczniom, więc postanowiono zamówić nową tablicę. Pierwszy z wymiarów zwiększono o 0,4 m, a drugi o 0,2 m. Oblicz, o ile procent zwiększyła się powierzchnia tablicy informacyjnej. Zapisz obliczenia.

Zadanie 33. (0-3)

Liczba książek przyrodniczych znajdujących się w szkolnej bibliotece przekracza 296, ale jest mniejsza niż 315. Do zapakowania 14 paczek, z których każda zawierałaby taką samą liczbę książek, brakuje jeszcze 6 egzemplarzy. Ile jest książek przyrodniczych w tej bibliotece? Zapisz obliczenia. Odpowiedź uzasadnij.



Zadanie 34. (0-2)

Drogę 900 metrów ze szkoły do domu Krysia przebyła w 12 minut. Z jaką średnią szybkością Krysia pokonała tę drogę? Wynik podaj w kilometrach na godzinę. Zapisz obliczenia.

Zadanie 35. (0-2)

W kalendarzu podano dla Polski godzinę 17.33 jako godzinę zachodu Słońca w dniu 23 września. Tymczasem uczniowie przekonali się, że w ich miejscowości Słońce zaszło już 8 minut wcześniej. Oblicz, na jakiej długości geograficznej leży ta miejscowość, jeżeli w Polsce obowiązuje czas środkowoeuropejski, liczony według czasu słonecznego południka 15 st. E. Zapisz obliczenia pamiętając, że co 1 st. długości geograficznej czas miejscowy (lokalny) zmienia się o 4 minuty.

Jak wypadłeś?

Oto klucz odpowiedzi. Sprawdźcie się. Rozwiązania i schemat punktowania zadań opracowała Okręgowa Komisja Egzaminacyjna w Gdańsku.

ODPOWIEDZI DO ZADAŃ ZAMKNIĘTYCH

Nr zadania	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Odpowiedź	A	C	B	D	A	C	A	D	A	D	C	D	C	C	C	B	B	C	A	D	B	B	A	B	D
Liczba punktów	Za każdą poprawną odpowiedź uczeń otrzymuje 1 punkt.																								

Przy punktowaniu zadań będą stosowane następujące zasady:

- jeżeli odpowiedź jest poprawna, ale wynika z błędnego rozwiązania (rozumienia), nie przyznaje się punktów;
- jeżeli nieprawidłowa odpowiedź jest wyłącznie konsekwencją błędnej rachunkowej, to za tę odpo-

wiedź przyznaje się punkt (jeżeli przewiduje to schemat punktowania) – dotyczy to tylko rozwiązań zadań, w których oprócz wyniku uczeń przedstawia tok rozumowania;

– jeżeli uczeń udziela obok poprawnej również błędnej odpowiedzi, to odpowiedź uznawana jest za błędną i przyznaje się 0 punktów.

PRZYKŁADOWE ODPOWIEDZI I KRYTERIA PUNKTOWANIA ZADAŃ OTWARTYCH

Nr zadania	Skala punktowa	Przykładowe prawidłowe rozwiązanie	Numer kryterium	Kryterium punktowania	Liczba punktów
26	0-2	woltomierz – 12 V amperomierz – 0,1 A lub 100 mA (wystarczy, aby była wpisana jedna z tych wartości)	I	- za podanie wskazania woltomierza	1 punkt
			II	- za podanie wskazania amperomierza	1 punkt
27	0-2	$8x=7(x+10)$ $8x=7x+70$ $x=70$ Odp. Zestawy 8-kartkowe można wydrukować dla 70 uczniów na przygotowanym papierze.	I	- za poprawny zapis zależności	1 punkt
			II	- za poprawne obliczenia przy zastosowaniu prawidłowej zależności	1 punkt
28	0-2	$0,6 \cdot 1 = 0,6 \text{ m}^2$ $0,5 \cdot 0,6 = 0,3$ $0,3 + 0,6 = 0,9$ $12 : 0,9 = 13,3$ Odp. Farby wystarczy na dwukrotne pomalowanie trzynastu ławek.	I	- za obliczenie pola powierzchni blatu jednej ławki	1 punkt
			II	- za uwzględnienie w obliczeniach faktu, że drugie malowanie wymaga o połowę mniej farby niż pierwsze (przy takiej samej powierzchni)	1 punkt
			III	- za poprawny wynik uzyskany z zastosowania prawidłowej metody	1 punkt
29	0-2	- płeć - rodzaj wykonywanej czynności (wysiłek fizyczny) - wiek Uwaga! Uczeń może użyć innych określeń opisujących dane zależności.	I	- za podanie, jako czynnika, płci	1 punkt
			II	- za podanie, jako czynników, rodzaju wykonywanej czynności i wieku	1 punkt

30	0-2	$5\% \cdot 5000 = 250$ g cukru $5000 - 250 = 4750$ g wody Uwaga! Uczeń może wykonać obliczenia stosując, wzór na stężenie procentowe.	I	- za obliczenie użytego cukru (masy substancji rozpuszczonej)	1 punkt
			II	- za obliczenie użytej wody (masy rozpuszczalnika)	1 punkt
31	0-4	$30 = 6 - 1,5 + 4x + 5y$ $30,3 = 6 - 1,5 + 5x + 4y$ $21 = 4x + 5y$ $21,3 = 5x + 4y$ $105 = 20x + 25y$ $-85,2 = -20x - 16y$ $19,8 = 9y$ $y = 2,2$ $21 = 4x + 11$ $x = 2,5$ Odp. Butelka lemoniady kosztowała 2,50 zł, zaś paczka ciastek 2,20 zł. Uwaga! Niektóre kroki w zapisie mogą być pominięte, ale zapisane muszą obrazować całościowe rozwiązanie problemu.	I	- za prawidłowe zapisanie pierwszego równania	1 punkt
			II	- za prawidłowe zapisanie drugiego równania	1 punkt
			III	- za poprawną metodę rozwiązywania układu równań	1 punkt
			IV	- za poprawne obliczenia przy zastosowaniu prawidłowej metody	1 punkt
32	0-3	$1,2 \cdot 2,5 = 3$ $1,6 \cdot 2,7 = 4,32$ $4,32 - 3 = 1,32$ $\frac{1,32}{3} \cdot 100\% = 44\%$ Odp. Pole powierzchni tablicy zwiększy się o 44%. Uwaga! Błąd w I kryterium nie przekreśla dalszych kryteriów.	I	- za zastosowanie w obliczeniach obu poprawnie zwiększonych wymiarów tablicy	1 punkt
			II	- za obliczenie różnicy pól powierzchni (o ile zwiększy się pole powierzchni tablicy)	1 punkt
			III	- za obliczenie, o ile procent zwiększy się pole powierzchni tablicy	1 punkt

33	0-3	$315 : 14 = 22,5$ $21 \cdot 14 = 294$ $22 \cdot 14 = 308$ $23 \cdot 14 = 322$ $294 - 6 = 288$ $308 - 6 = 302$ $322 - 6 = 316$ za mało Jedyną liczbą spełniającą warunki zadania jest 302. Należy ona do przedziału od 296 do 315 oraz jest o 6 mniejsza od wielokrotności liczby 14. Inny sposób rozwiązania zadania: $14x < 315$ $x < 22,5$ $22 \cdot 14 = 308$ $302 > 296$ W bibliotece są 302 książki przyrodnicze.	I	- za poprawną metodę	1 punkt
			II	- za poprawne obliczenia	1 punkt
			III	- za interpretację wyniku (za wskazanie właściwej wartości liczbowej z przedziału wraz z uzasadnieniem, że tylko ona spełnia warunki zadania)	1 punkt
34	0-2	$900 \text{ m} = 0,9 \text{ km} = \frac{9}{10} \text{ km}$ $12 \text{ min} = \frac{12}{60} \text{ h} = \frac{1}{5} \text{ h}$ $v = \frac{\Delta s}{\Delta t}$ danych z zadania)	I	- za poprawną metodę (za podstawienie do wzoru na prędkość danych z zadania)	1 punkt
			II	- za poprawne obliczenie średniej szybkości w km/h	1 punkt
35	0-2	4 min to 1°, czyli 8 min to 2° 15° - 2° = 13° E	I	- za obliczenie 2° różnicy długości geograficznej	1 punkt
			II	- za obliczenie długości geograficznej, na której znajduje się miejscowość	1 punkt

Sześć dobrych rad

Egzaminologia

Jak skutecznie przygotować się do egzaminu? Co zrobić, aby pokonać stres? W jaki sposób wywrzeć dobre wrażenie na komisji egzaminacyjnej?

O odpowiedzi na te i inne pytania poprosiliśmy specjalistę – prof. dr. hab. Romana Ossowskiego, dyrektora Instytutu Psychologii Akademii Bydgoskiej. Oto jego rady.

Dbaj o sprawność fizyczną

Aby w pełni wykorzystywać swoje możliwości intelektualne, musisz dysponować „świeżym” umysłem. A nic tak nie odświeża mózgu jak wysiłek fizyczny. Powinieneś podejmować go regularnie, najlepiej w godzinach rannych i tuż przed snem. Oczywiście, nie przeciążaj się. Nie musisz koniecznie chodzić na siłownię. Wystarczy pojeździć na rowerze, albo na łyżwiorolkach.

Nie przeglądaj notatek

Czytanie lub przeglądanie notatek to najgorszy sposób uczenia się. W głowie nie zostaje potem kompletnie nic. To tak jakby uczyć się prowadzenia samochodu na podstawie filmów. Z notatkami należy zapoznać się raz, a dobrze. Potem powinieneś podnieść głowę do góry i, nie patrząc na żadne zapiski, powtarzać materiał. Do notatek możesz wracać tylko wtedy, gdy czegoś zapomniałeś.

Nie bój się wykresów

Pamiętaj jednak, że jeśli materiał chcesz sobie przyswoić szybko i dokładnie, musisz go wcześniej uporządkować. Osiąga się to przez ry-

sowanie w notatkach wykresów, schematów i zależności przyczynowo – skutkowych. To właśnie te elementy ułatwią Ci zrozumienie wiadomości, których się uczysz. Inaczej trudno Ci będzie je sobie przypomnieć.

Opanuj swój strach

Nie da się ukryć, że ważnym czynnikiem, który wpłynie na wynik egzaminu, będzie Twój stan emocjonalny podczas zdawania. Na lekką treść możesz sobie pozwolić. Ona Cię zmotywuje, poprawi Twoją koncentrację i sprawi, że szybciej i skuteczniej będziesz podejmował decyzje. Ale strachu, ani przerażenia nie możesz akceptować. Najlepiej walczyć z nimi przez wypocinek. Dobrze jest też uzbroid się w przekonanie, że zrobiłeś wszystko, co można było zrobić, aby jak najlepiej przygotować się do egzaminu. Nie bierz żadnych środków uspokajających bez konsultacji z lekarzem. Ich działanie jest nieprzewidywalne. Mogą Cię zarówno skutecznie oteplić, jak i nadmiernie pobudzić.

Nie baw się długopisem

Na Twojej ocenie zaważy także sposób, w jaki zaprezentujesz swoją wiedzę. Podczas egzaminu ustnego pamiętaj o sporządzeniu planu wypowiedzi. Najpierw pomyśl – potem mów. Jeśli „strzelisz” jakąś głupotę, bardzo trudno będzie to później „odkreślić”. Poza tym powinieneś pano-

wać nad swoimi odruchami. W czasie odpowiedzi nie baw się długopisem, ani nie rozglądaj się na boki. Staraj się siedzieć prosto, utrzymuj kontakt wzrokowy z egzaminatorem, mów spokojnie. Sprawiaj wrażenie osoby, która doskonale rozumie dany temat, a nie tylko przywołuje wiedzę z pamięci. Nie wahaj się, bądź przekonany o tym, o czym mówisz. W przypadku egzaminu pisemnego także zwróć uwagę na staranność swojej pracy. Wiadomości, o których piszesz powinny zostać sprawnie wyluszczone.

Zapomnij o ściągach

Pomijając fakt, iż ściąganie jest nieuczciwe, jest ono także najszybszym sposobem na to, by zostać wyrzuconym z sali egzaminacyjnej.

PAWEŁ CIECIURA

DIETA EGZAMINACYJNA

Co warto jeść w trakcie przygotowań?

twaróg i jogurty – mają działanie uspokajające
warzywa – tłumią strach i agresję
słodzcy – wprowadzają w optymistyczny nastrój
owoce – dodają energii
Uważajcie na kawę – działa pobudzająco, ale może doprowadzić do rozkojarzenia i zaników pamięci.

Czas na powtórki



Fot. PRZEMYSŁAW GRYN

Do tych prawdziwych egzaminów gimnazjalnych pozostało jeszcze sporo czasu. W całym kraju uczniowie kończący naukę w gimnazjum 5 maja przyszłego roku przystąpią do testu humanistycznego. Dzień później – 6 maja – czeka ich test z części matematyczno-przyrodniczej.

Gdy boli brzuch...

Poddaj się badaniom

Większość badań przeprowadzanych przy diagnozowaniu schorzeń jamy brzusznej nie należy do przyjemnych, ale, jeśli takie jest wskazanie lekarza, powinniśmy się im bezwzględnie poddać.

Gastroskopia

Pozwala oglądać śluzówkę żołądka, odzwierciadla i dwunastnicy. Badanie jest wskazane wówczas, gdy podejrzewa się owrzodzenie, raka lub obecność ciała obcego.

Gastroskopia wykonuje się na czczo. Jedzenie w żołądku może zasłonić obraz badania lekarzowi i może zostać zwirowane. Przed badaniem lekarz znieczuli jamę ustną i gardło. Do badania używa się endoskopu, czyli giętkiej rury z układem optycznym na jej końcu. Endoskopy mają średnicę od 6 mm do 12 mm i długość od około 30 cm do 1,5 m.

Pacjenta układa się na lewym boku, endoskop wprowadza się do początku przełyku, a potem należy go przetykać. Pozostałe czynności wykonuje osoba przeprowadzająca badanie, która patrzy przez przyrząd i śledzi jego drogę na ekranie. System optyczny endoskopu umożliwia przesyłanie światła i obrazu mimo wyginania aparatu. Endoskopy są wyposażone w małe szczypce do pobierania tkanki do badań mikroskopowych, oraz elektrodę do usuwania nieprawidłowej tkanki.

Po wprowadzeniu endoskopu przez usta może być wykonane badanie przełyku (esofagoscopia), żołądka (gastroskopia), dwunastnicy (duodenoscopia).

Dzięki badaniu endoskopowemu lekarz może zobaczyć wysiękię przewodu pokarmowego i ocenić: obszary podrażnione, wrzody, zapalenia, wzrost nieprawidłowej tkanki. Zwykle jest możliwe pobranie tkanki do badania mikroskopowego. Całe badanie zajmuje około 10 minut.

Powikłania podczas badania są bardzo rzadkie. Najczęściej zdarzają się podrażnienia i małe krwawienia z przewodu pokarmowego.

Kolonoskopia

Umożliwia wgląd w całe jelito grube włącznie z ostatnim odcinkiem jelita cienkiego. Badanie przeprowadza się, by wykryć przyczyny schorzeń jelitowych, których nie dało się wyjaśnić innymi sposobami, jak również do wykrycia nowotworów jelita grubego i odbytnicy we wczesnym stadium.

Jelito grube musi być maksymalnie oczyszczone. W tym celu na 1-3 dni przed badaniem powinno się stosować płynną dietę. Może być konieczne podanie środków przeczyszczających lub zastosowanie lewatywy przed badaniem. Pacjent powinien mieć zapewniony transport do domu, gdyż po przyjęciu leków uspokajających nie będzie mógł prowadzić samochodu.

W czasie badania pacjent leży na lewym boku. Możliwe jest podanie leków usypiających mających na celu relaks i zmniejszenie stresu podczas zabiegu. Lekarz umieszcza w odbytnicy długą rurę zwaną kolonoskopem, która połączona jest z ekranem umożliwiającym śledzenie zarysu jelita. Urządzenie może się zginać, dzięki czemu lekarz dostosowuje je do kształtu jelita, czasami dla ułatwienia przyszacowania pacjenta o zmianę pozycji. W czasie kolonoskopii

rozdyma się jelito powietrzem, co powoduje lepszą widoczność jego ściany.

Podczas badania lekarz może pobrać wycinek ściany jelita (biopsja), tkanka jest następnie przesyłana do laboratorium do oceny. Jeżeli jelito krwawi, lekarz może użyć lasera, koagulacji (ciepła), prądu, lub wstrzyknąć specjalne leki, żeby powstrzymać krwawienie.

Kolonoskopia trwa od 15 minut do około godziny.

USG jamy brzusznej

Pokazuje kształt i wielkość organów (wątroby, trzustki, nerek) oraz może zobrazować nieprawidłowe obszary w tych organach. Umożliwia również wykrycie płynu w jamie brzusznej. To bezbolesne badanie nie niesie ze sobą żadnego ryzyka.

USG wykorzystuje fale dźwiękowe do tworzenia obrazów organów wewnętrznych. Przed badaniem nie wolno spożywać pokarmu, które powodują zwiększoną produkcję gazów. Czasami lekarz może poprosić o wypicie 1 – 1,5 litra płynu, aby uwidocznić pęcherz. Podczas USG jamy brzusznej badający przesuwają głowicę po brzuchu i ustawia ją w różnych kierunkach. Następnie obraz jest pokazywany na monitorze i ewentualnie nagrywany na video.

Sonda żołądkowa lub jelitowa

Zabieg polega na wprowadzeniu małej, giętkiej, plastikowej rurki przez nos lub jamę ustną do żołądka lub jelita cienkiego. Robi się to w celach diagnostycznych lub leczniczych.

Wprawdzie badanie jest bezbolesne, jednak u niektórych osób może powodować odruchy wymiotne i nudności. Nie jest wymagane żadne szczególne przygotowanie pacjenta. Rozmiar sondy może być różny w zależności od celu w jakim się jej używa. Dzięki niej lekarz może ocenić czy nie ma krwi w żołądku. Możliwa jest też ocena wydzielania żołądka czyli kwasność, zawartość enzymów i inne cechy. U osób po zatruciu można pobrać płyn z żołądka i określić rodzaj trucizny.

Czasami sonda zostaje w żołądku na dłużej aby uzyskać płyn przez kilka kolejnych godzin. Poza tym przy pomocy sondy z małym urządzeniem na końcu przeprowadza się biopsję. Użytkownik tkanka może być następnie analizowana pod względem aktywności enzymów, mikroskopowo lub w inny sposób.

Laparoskopia

To badanie polegające na wprowadzeniu do wnętrza brzucha przyrządu umożliwiającego obserwację, przede wszystkim wątroby. U kobiet służy do badania i kontroli schorzeń ginekologicznych, do sterylizacji i sztucznego zapłodnienia.

Laparoskopia wykonuje się na czczo. Przed zabiegiem wstrzykuje się lek uspokajający lub przeciwbólowy. Po przekłuciu powłoki w pobliżu pępka, za pomocą igły wprowadza się gaz do jamy brzusznej. Oddziela on przylegające do siebie narządy, więc można je lepiej obserwować. Następnie w pobliżu pępka wkłada się rodzaj rurki, przez którą wsuwa się laparoskop. Po zakończeniu zabiegu otwór w powłokach zamyka się klamkami. Potem pacjent przez jeden dzień powinien pozostać w szpitalu na obserwacji.

(maw)

Biust i tak nie wygląda tak samo przez całe życie

Inwestycja w zdrowie dziecka

Rozmowa z

KATARZYNA DOBERSZTYN

lekarzem pediatrą

– Dlaczego kobieta powinna karmić dziecko piersią?

– Bo jej pokarm jest najlepszy. Zawiera optymalny zestaw składników odżywczych. Sztuczne mieszanki przygotowuje się tak, aby przypominały mleko matki, ale nie zastępują naturalnego pokarmu. Zawsze przeważnie mleko krowie, a to nie to samo. Dzieci karmione mlekiem matki ładniej przybierają na wagę, są spokojniejsze, lepiej się rozwijają ruchowo i psychicznie. Mają częstszy kontakt z matką, są zatem pogodni, bardziej towarzyskie, chętnie się przytulają i mniej płaczą. Mleko kobiece ma też właściwości odpornościowe. Zawiera przeciwciała umożliwiające noworodkom i niemowlakom zwalczanie infekcji wirusowych i bakteryjnych. Dzieci lżej je przechodzą, co pozwala uniknąć wczesnego podawania antybiotyków.

– Czy karmiąca matka powinna

na stosować określoną dietę?

– Przede wszystkim należy jeść pokarmy lekkostrawne, unikać wzdymających, takich jak kapusta, fasola oraz potraw smażonych. Ich składniki, trafiając z mlekiem matki do organizmu dziecka, mogą powodować bóle brzucha. Nie zaleca się spożywania dużych ilości mleka i jego przetworów, bo u dziecka może wystąpić alergię. Najlepiej uzgodnić z lekarzem, jaką dawkę przetworów mlecznych dziennie matka może spożyć. To kwestia indywidualna. Trzeba obserwować malucha, żeby dowiedzieć się, po czym boli go brzuch lub pojawia się wysypka, i spożywanie jakiej potrawy ograniczyć.

– Jakle potrawy wybierać?

– Podstawą diety są węglowodany, ale nie proste, czyli słodkie, tylko złożone. Znajdziemy je w ryżu, zbożach, kaszach i pieczywie, najlepiej ciemnym, z dodatkiem błonnika. Błonnik poprawia przyswajanie produktów żywnościowych. Potrzebne jest też uzupełnianie diety witaminami. Mogą być te same, które kobieta zażywała podczas ciąży. Dobrze, jeśli matka je owoce i pije soki owocowe. Nie polecam cytrusów, bo są

ciężkostrawne i mogą powodować bóle brzucha. Najlepiej jeść krajowe, np. jabłka.

– Jak często karmić malucha?

– Nie ma schematów, zaleca się karmienie na żądanie, kiedy dziecko jest głodne. Oczywiście trzeba zachować rozsądek. Kiedy widzimy, że przerwy między karmieniami są zbyt małe, należy je zwiększyć.

– Na jakie dolegliwości narażone są kobiety karmiące piersią?

– Zwykle około 2-3 doby po porodzie pojawia się nawał pokarmu. Często kobieta ma jeszcze kontakt z położną, która doradza, co w tej sytuacji zrobić, jak odciągnąć pokarm, gdyż nie może on zalegać, jak robić okłady. Jeśli powstanie stan zapalny, udajmy się do lekarza. Może zalecić kurację antybiotykami. Nie oznacza to przerwy w karmieniu. Pokarm ze zdrowej piersi może być nadal ściągany.

– Co powiedziałyby pani kobiecie, która nie chce karmić piersią w obawie przed zniekształceniem biustu?

– Niezależnie od tego, czy karmi się dziecko piersią, czy nie, biust nie

wygląda tak samo przez całe życie. Karmienie piersią jest inwestycją w życie i zdrowie dziecka. I to inwestycją na lata. Może bowiem zaważyć na jego rozwoju. Jeśli matce zależy na zdrowiu dziecka, nie będzie się wahać.

– Czy szósty miesiąc to czas na zaprzestanie karmienia piersią?

– Pierwsze pół roku to najważniejszy okres. Sukcesem jest, jeśli kobieta będzie przez cały ten czas karmić dziecko piersią. Później jest to już kwestia indywidualna. Kiedy karmi się piersią, nie ma konieczności podawania żadnych innych pokarmów. Jeśli podajemy sztuczne mieszanki, po pewnym czasie trzeba je uzupełniać przecierami, sokami, zupkami, herbatkami.

– Czy są jakieś przeciwwskazania?

– Bardzo mało. Na przykład jeśli matka ma AIDS, albo czynną gruźlicę. Jeśli mamy w tej kwestii wątpliwości, najlepiej skontaktować się z lekarzem.

Rozmawiała

MAGDALENA BOBKOWSKA

TYDZIEŃ W OGRODZIE (29 LISTOPADA – 5 GRUDNIA)

■ Dołowanie drzew i krzewów to sposób przechowania do wiosny tych roślin, których z różnych przyczyn nie zdążyliśmy posadzić jesienią. Rośliny układa się poziomo w dole (jeśli jest ich kilka – jedną obok drugiej), a następnie przysypuje wilgotną ziemią korzenie i część pnia. Warstwa ziemi nad szyjką korzeniową (jest to miejsce, z którego wyrastają korzenie) powinna mieć 15-20 cm. Ziemię należy ubić, by przylegała do korzeni. Podłoże, na którym leżą rośliny, musi być przepuszczalne, by w dole nie gromadziła się woda. Po pierwszych przymrozkach, gdy gleba będzie już lekko zmrożona, dołowane krzewy i drzewa na wszelki wypadek można przykryć się gałęziami świerkowymi.

■ W zeszłym tygodniu wspomnieliśmy o nadal aktualnej (w przypadku narcyzów jednak nieco ryzykownej) możliwości sadzenia ozdobnych roślin cebulowych. Podobnie nie jest

jeszcze za późno na jesienne sadzenie czosnku. Należy do tego użyć ząbków przynajmniej średniej wielkości; im większe ząbki, tym większy będzie plon. Głębokość sadzenia jesiennego wynosi 5-8 centymetrów. Czosnek sadi się w rzędy co 20-30 centymetrów, zachowując w rzędzie odległość 6, 8 lub 10 centymetrów.

■ Amatorów przetworów owocowych zachęcamy do zbioru owoców dzikiej róży, tarniny, głogu i żurawiny. Tę ostatnią (wielkoowocową kanadyjską) najłatwiej jest zdobyć z własnego ogródka. Penetrowanie leśnych torfowisk może być niebezpieczne. Zbieranie wymienionych owoców po przymrozkach jest o tyle korzystne, że pod wpływem niskiej temperatury wytwarzają się w nich cukry.

■ Jeśli ziemia w ogrodzie utrzymywana wśród roślin ozdobnych w czarnym ugorze będzie niezmarznięta, warto ją

dokładnie spulchnić. Ma to kapitalne znaczenie wiosną. W czasie roztopów woda łatwo wsiąka nie w głąb, a nie spłynie na ścieżki i nie rozmyje gruntu.

■ Nasze ogrodowe stawki czekają na nadejście zimy. Jeśli ze względu na żyjące w nich ryby obawiamy się całkowitego skucia wody lodem, można zaopatrzyć się w specjalny pływak ze styropianu. Niestety trudno go kupić. Prawdopodobnie jedyną możliwością jego nabycia daje zaopatrzenie się wprost u producenta, który od czasu do czasu reklamuje się w czasopiśmie ogrodnich.

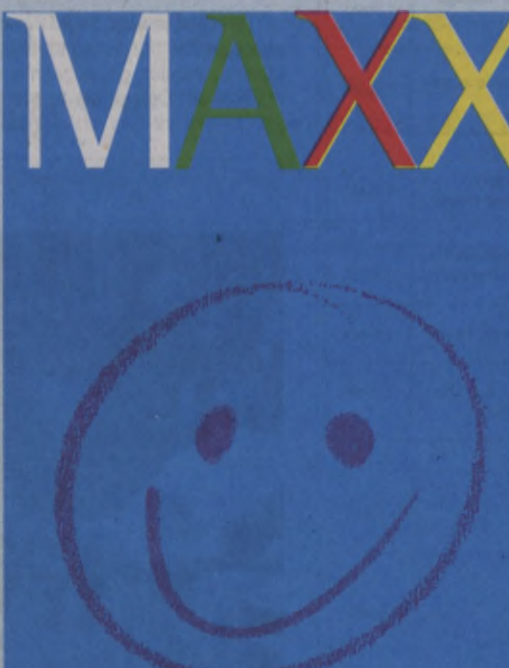
■ Biorąc pod uwagę panującą o tej porze zimo i często wilgoć, jesienne prace w ogrodzie nie należą do najprzyjemniejszych. Proponujemy zaopatrzyć się w dużego rozmiaru rękawice gumowe, które zakłada się następnie na pięciopalcowe rękawiczki wełniane. To dobry i sprawdzony sposób.

■ Systematyczne przeglądanie owoców przechowywanych w skrzynkach pozwoli zachować je długo w zdrowym stanie. Lekkie uszkodzenia, niewidoczne w czasie zbioru, teraz mogą przyczynić się do gnicia i zarażenia zdrowych owoców. Podczas przeglądania przechowywanych w piwnicach karp i bulw roślin ozdobnych należy sprawdzić czy torf, którym zostały przysypane jest lekko wilgotny. Wilgoć zawarta w torfie zapobiega wędnięciu roślin. W przypadku zauważenia ogniska choroby grzybowej (objawia się to białym nalotem) porażone bulwy należy usunąć, a sąsiednie zdrowe organy potraktować środkiem grzybobójczym.

■ Zimowe odmiany porów, kapusta bruksełka i jarmuż mogą pozostać w ogrodzie, bo są niewrażliwe na kilkustopniowy mróz. Dwa ostatnie warzywa pod wpływem niskich temperatur zyskują nawet na smaku.

(arko)

REKLAMA



Cyfrowe aparaty słuchowe już dostępne w:

Maytone – Aneta Zubiel
Gdańsk-Oliwa ul. Głogowska 11, tel. 058 558 05 74

PHONAK
hearing systems

Phonak Polska Sp. z o.o.
00-610 Warszawa ul. Lekarska 17
tel. 022 875 05 84, fax 022 825 29 03
www.phonak.pl

MAXXimum korzyści.....

- MAXXimum skuteczności dopasowania
- MAXXimum jakości dźwięku i komfortu
- MAXXimum wartości aparatu za oferowaną cenę
- MAXXimum możliwości wyboru aparatu

Seria MAXX to pełna oferta produktów, mająca za zadanie sprostać wszelkim potrzebom: od niewielkich aparatów kanałowych typu CIC do kompaktowych, mocnych modeli zauszných.



Szwajcarskie aparaty słuchowe

SPRZEDAŻ

SAMOCHODY

AUTA
Powypadkowe
0604-235-892
0602-157-399
KUPIMY
NAJKORZYSTNIEJ

126P (1987) – 950. 0-59/846-15-54.

AMC Auto – Handel Komis Etc, Suchoy. Odkup aut za gotówkę, zamiana i sprzedaż komisowa bez dodatkowych opłat. Atrakcyjne warunki kredytowania. Koszalin, Gnieźnieńska 18, tel. 34-60-659, tel./fax 34-62-060.

ASCONA 1.6D (1985). 0-59/846-28-12.

AUTO Komis Max-Car. Największy wybór samochodów osobowych i ciężarowych. Uproszczone kredyty, leasing, zamiana. Koszalin, Szczecińska 90, tel. 346-59-16.

BMW 318 1.8, tania. 0-608-761-584.

CITROEN xsara (1998). 0-501-786-424.

CLIO II (1999), kupiony w salonie, czarna perła, 5-drzwiowy, 64 000 przebiegu, bezwypadkowy – 22 500 zł. 0-502-032-298.

DIESEL: astra (92) kombi; golf II (87); kadett (89) kombi. 0-602-345-004.

FIAT 126p (1993). 0-59/84-13-257.

FIAT 126p 0-59/84-13-319.

FIAT punto (1996), salonowy. 0-59/811-32-68.

FIAT uno (1996/97). 0-601-840-515.

FIAT uno 1.0 1991/96. 0-503-137-052.

FIAT uno 1.0 fire (1997), stan bdb. 0-604-456-682.

FIAT cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

FIAT FIESTA cabriolet (1984/93) 1.1, 0-608-241-456.

VOLKSWAGEN golf 1.9 TD (1994). 0-59/84-30-379.

VOLKSWAGEN jetta 1.6 (1992), wspomaganie kierownicy, szyberdach, centralny zamek, 059/811-72-62.

VW passat variant 1.9 TDI 110 KM (1999); Confortline, serwisowany, pierwszy właściciel, 0-606-207-628.

VW polo 1992/96, 10 lat, 0-692-080-758.

AUTO-MOTO

II AUTO – TANIX – Kobylnica: Części używane – 059/84-29-732. Części nowe – 059/84-15-495. Bolesławice – „Auto – Kasacja”, skup – sprzedaż aut powypadkowych. Hurt – detal 059/84-15-192.

I AUTO – DOMASZ tłumiki, amortyzatory, hamulce, zawieszenia, części eksploatacyjne, Bolesławice, 841-53-53. Słupsk, Bałtycka 8b, 841-48-42.

AKUMULATORY. Słupsk, Ostroroga 3, 0-59/844-02-95.

AUTA NA GAZ (BRC). NAJTANIEJ! RATY. KOBYLNICA, WIDZIŃSKA 23, 0-602-644-337.

AUTO-CZĘŚCI, blachy – tanio. 0-59/84-29-766.

AUTO-GAZ instalacje – BRC, 2 lata gwarancji. USŁUGI MECHANICZNE. SŁUPSK, KOPERNIKA 27 A. 842-33-82, 0-602-294-682.

AUTOTAPICERSTWO. 0-501-531-938

BORNY – CZĘŚCI VW, AUDI, MERCEDES. NAPRAWY BIEŻĄCE: SILNIKI, ZAWIESZENIA, HAMULCE, AMORTYZATORY. SŁUPSK, SZYMANOWSKIEGO, 842-55-57.

CHŁODNICE samochodowe, nagrzewnice sprzedaż, regeneracja. Słupsk, Reja 41, 059/843-24-71.

CZĘŚCI renault, BMW, opony. 094/3405-923.

TACHOGRAFY – taksometry fiskalne – kasy, tachotronic, Szczecińska 38, 094/346-51-98, 0-602-461-398.

DOMY

DOM Siemianice. 0-59/847-19-47, 0-603-75-62-95.

DOM szeregowy, Koszalin, ul. Dobra. 0-603-853-496.

DOM szeregowy. Słupsk, 0-697-592-139.

GIEŁDA NIERUCHOMOŚCI. Domy, 059/842-70-17

www.gielda-nieruchomosci.slupsk.pl

RÓŻNE – blisko Słupska. Poszukujemy nowych ofert. MERKURY, Słupsk, 840-32-32, 0-601-655-377.

MIESZKANIA

APARTAMENTY. Sklepy. Ustka. www.gielda-nieruchomosci.slupsk.pl, 059/842-70-17, 0-605-73-23-55.

DOM piętrowy, Koszalin, Kinga 9, (9 – 13).

FIRMA sprzedaje tania duże mieszkanie. 0-606-36-36-97.

GIEŁDA NIERUCHOMOŚCI. Jednopokojowe – czteropokojowe. 059/84-270-17.

www.gielda-nieruchomosci.slupsk.pl

MIESZKANIE (50) w Jezierzycach. 0-59/84-53-238, 0-507-049-118, 0-506-60-11-11.

MIESZKANIE (54), beczynszowe, Sianów, 094/345-35-12.

MIESZKANIE (72,6) lip, sprzedam, wynajmę. Słupsk, 0-603-341-678.

SM „Dom nad Stupią” buduje mieszkania, 1406-1554 zł / mkw. 0-59/843-01-54.

TANIO odstąpię mieszkanie spółdzielcze trzypokojowe, Główny (15 000), 0-605-265-347.

TRZYPOKOJOWE Rejtana, Wiatraczna, Piłsudskiego, Michałowskiego, Niemcewicza WEX 8411-029.

DZIAŁKI

ATRAKCYJNA działka uzbrojona 800 mkw., Ustka, Bursztynowa Kraina pod lasem blisko morza, 73 000, 0-609-319-119.

DZIAŁKA – Bolesławice. 0-59/841-54-41, 0-506-23-46-88.

DZIAŁKA uzbrojona – osiedle Kwiatowe Kobylnica. 0-59/840-12-91, 0-601-55-10-41, 845-23-82 po 18-tej.

DZIAŁKĘ budowlaną sprzedam, zamienię na samochód. 0-603-715-878.

DZIAŁKI budowlane, Koszalin zamiana, 0-501-78-64-24.

DZIAŁKI w Kobylnicy. 0-605-583-335.

WODNICA – działki 5 ha (55 000) + budowlana 8 200m (42 000).

0-59/840-17-34, 0-607-329-641.

ELEKTRONIKA

TV 100 Hz 32", 28", 0-692-924-263.

RÓŻNE

HURTOWNIA UPOMINKÓW

Słupsk, ul. Tuwima 23 (Inkubator) tel. 84-13-032 wew. 136

SL8555

OKNA PCV
TUR-PLAST
CZAPLINEK
www.tur-plast.com.pl

!! Najtaniej materiały hydrauliczne. Hurtownia Santex I, Poznańska 42, 059/84-13-260, plac Broniewskiego 14, 059/842-85-10.

AKWARIUM 250 l. 0-59/84-21-685.

BECZKOWOZY 2, 3, 4, 8 tysięcy litrów, stan bdb. 0-603-629-707.

BILARD 6-8 do baru, żetonowy, zachodni, 0-601-611-656.

CHOINKI – hurt. 0-600-37-42-46.

DREWNO kominkowe, opałowe. Nosalin 0-504-686-825.

DREWNO opałowe w klockach (dąb), 0-507-85-75-74.

GARAŻE – blaszaki najtaniej! Transport, montaż w cenie! 094/35-42-023, 069-034-39-75, 058/76-29-512.

GOKARTY, kiosk, 0-603-078-150.

KOMIS. Wypożyczenie sklepów, chłodnictwo, budowlane, gastronomia, AGD, maszynice, plekarnice. Kupujemy!!! Zamieniamy!!! Słupsk, Lutosławskiego 5, 0-505-171-321.

KOŻUCHY z Podhala. Słupsk, Nowobramska 4 (obok „Maxi”).

KSEROKOPIARKI, faksy. Promocja! 094/343-53-73.

KUCYKI uprząże – nowe oraz siodła. 061/814-78-36.

ŁODÓWKOZAMRAŻARKA, Koszalin, 3-427-826.

ŁÓŻKO kosmetyczne, woskownica, aparat do przekuwania uszu, inne. 0-600-267-513.

MEBLE sosnowe. Kożuchy. Koszalin, Morska 53A, www.phurabka.pl

ODZIEŻ używana hurt – 3,80 kg, Kołobrzeg, 0-508-366-943.

OKNA drewniane, witrynowe, stan idealny, 094/318-30-65.

OŚWIETLENIE choinkowe, atestowane, Ustka – Portowa, 059/8147-999.

raty również
ceny dla każdego!
CUPRUM KOSZALIN
ul. Boh. Warszawy 9A 346 24 46 reklama

OKNA PCV
DRZWI, WITRYNY, FASADY
SCHÜCO INTERNATIONAL
NAJTAŃSZE Z NAJLEPSZYCH
JAKOŚĆ Z CERTYFIKATEM
CERTYFIKAT ITB 371/02
FABRYKA OKIEN I DRZWI PCV LASTRIK KOSZALIN SŁOWIAŃSKA 11 F
TEL. 3407164, 3426222, 3426226 FAX 3402814

BIURA HANDLOWE:
KOŁOBRZEG
ul. Koszalińska 52 c
TEL. 354-55-13
KOSZALIN
ul. Lechicka 39
TEL. 342-09-45
CZAPLINEK
ul. Pławieńska 7
TEL. 37 544 95

PIANINO używane, 059/8116-479.

RAKIETA tenisowa, narty, windsurfing – nowe. 094/34-34-000.

SIATKA ogrodzeniowa. 0-59/846-11-10.

SIATKI, słupki – produkcja. Transport gratis. 0-59/810-29-07.

TANIO krajęga, 094/318-26-26.

WORKI foliowe – producent. Słupsk, Sportowa 61, 0-59/84-53-226, 0-604-208-414.

WÓZKI widłowe – sprzedaż, dzierżawa, 0-504-248-670.

WTRYSKARKA + formy, kontakty handlowe, 0-606-24-98-28.

WWW. MARKET. SRUBU. BIZ

KUPIMY POWYPADKOWE 0604-997-422

WYSOKIE CENY 0602-506-359

G2453

MOTORYZACJA

0603-767-991

AUTA POWYPADKOWE USZKODZONE ROZBITE

Płatne gotówką!

G2453

! 0-601-78-40-02 Powypadkowe, zniszczone kupię.

! 0-602-722-790 KOSZALIN. ROZBITE, USZKODZONE.

! Mercedes – części dostawcze, ciężarowe. NAPRAWA. Mście 17 k/Koszalin, 094/316-50-67, 0-604-756-696, 0-602-518-651, 0-602-517-573.

AUTO na gaz PRO-BUT. Montaż instalacji, raty. Jamno 63, 094/346-91-15.

CZĘŚCI do opła; opony 10 R x 22,5, 094/3405-923.

TŁUMIKI, katalizatory, montaż, sprzedaż. Zbigniew Czekaj, Koszalin, Szczecińska 70, (094) 346-76-64.

TŁUMIKI, katalizatory, montaż, sprzedaż. Zbigniew Czekaj, Koszalin, Szczecińska 70, (094) 346-76-64.

WSPOMAGANIE kierowcy – naprawa. Koszalin, Kupiecka 3. 0-606-998-591.

KUPNO

SAMOCCHODY

AUTA całe, powypadkowe skupuje firma. Słupsk 842-90-83, 0-609-102-992.

Wyślij SMS-em ogłoszenie drobne do „Głosu Pomorza”

głos Pomorza

1. Wpisz w telefonie komórkowym SMS o treści: **gp numer rubryki treść ogłoszenia**
2. Wyślij ten SMS na numer **2800** (koszt wysłania zwykłego sms-a zgodny z taryfą sieci.)
3. Otrzymasz dwa sms-y zwrotne. Pierwszy informacyjny, a drugi z kodem aktywacyjnym
4. Po otrzymaniu sms-a z kodem aktywacyjnym odeślij go na numer **7928** (koszt 9 zł + VAT)
5. Otrzymasz następnie sms-a informującego o publikacji ogłoszenia.



Twoje ogłoszenie znajdzie się w „Głosie Pomorza” w najbliższym możliwym terminie

Dozwolona liczba znaków w SMS-ie wraz ze spacjami, interpunkcją, kodem gazety i numerem rubryki nie może przekroczyć 100 znaków

Regulamin przesyłania SMS-ów dostępny w Biurach Ogłoszeń „Głosu Pomorza” i na stronie internetowej gazety:
<http://www.glos-pomorza.pl>

Już aktywne rubryki

- 02 Kupno
- 05 Używane Sprzedam
- 06 Używane Kupię
- 07 Zwierzaki
- 08 Rolnictwo
- 11 Bank Kwater
- 12 Rozrywka
- 14 Poznajmy Sie
- 16 Komputery

URZĘDOWSKI
OKNA DREWNIANE
TANIE OKNA PCV
Słupsk, ul. Mickiewicza 8a
tel./fax (0 59) 840 09 21
BH1240

BUDOWNICTWO

SPRZEDAM

KOTŁY. „Atmos”. Drewno. Najtaniej. Superceny. Kraj. Dowóz gratis. 094/348-93-16, 0-609-043-748; polonez@xl.wp.pl

ROZPOCZĘTA budowę, Sucharskiego, tel. 059/843-93-76 po 18.

RURY kanalizacyjne – najtaniej! „Budziel” Słupsk, Bałtycka 10 a, 059/842-52-62.

„SERWIS-DACH” SŁUPSK, POPRZECZNA 7, TEL./FAX 0-59/840-23-60. DACHÓWKA CERAMICZNA, CEMENTOWA, BLACHODACHÓWKA, OKNA DACHOWE, PAPY, RYNNY, IZOLACJE DACHU, CEGŁA KLINKIEROWA.

USŁUGI

WYWIADOWNIE

DETEKTYWI, wiarygodność, windykacja, gielda długów, 094/341-17-96.

KANCELARIA windykacyjna, dług – odzyskiwanie, firmy, osoby fizyczne, kupno, sprzedaż długów, spółek prawa handlowego, weksli, not odsetkowych. 0-59/845-66-73.

BAJADERA ZAPRASZA PAŃSTWA NA ŚWIĄTECZNE ZAKUPY

- ładne, tanie choinki
- dekoracje świąteczne
- lampki choinkowe
- moc prezentów pod choinkę
- girlandy, bombki
- stroje Mikołaja

Słupsk, ul. Wileńska 12, tel. 842 85 44

NCW – skup, odzysk wierzytelności. (094) 343-89-40.

BIURA PODATKOWE

KANCELARIA podatkowa pełna obsługa firm, osób fizycznych. 1 miesiąc GRATIS. 0-59/84-14-380.

TELENAPRAWY

I Naprawa RTV. Słupsk, 845-55-63.

I Naprawa telewizorów Robert Deszcz. Słupsk, 845-63-17.

TELENAPRAWY domowe, tanio. 0-59/843-69-18, 0-600-280-917.

TELENAPRAWY domowe. 0-59/84-20-970.

NAPRAWA SPRZĘTU

!!!!!! Arged Słupsk, 059/843-54-88, 84-56-156. Pralkonaprawy, zmywarki, lodówkozamrażarki, mikrofalówki.

II PRALKONAPRAWY. 059/844-22-46.

CHŁODZIARKOZAMRAŻARKI, pralkonaprawy. „Polarserwis”, Wileńska 12 B, 059/840-38-30, 0-601-789-892.

DOMOWE pralkonaprawy, lodówkozamrażarki, AGD – części akcesoria. Eltech Wolności 11A 059/840-30-11

OBWIESZCZENIE

Sędzia Komisarz postępowania upadłościowego PPH „Pakfish” Mieczysława Puchały w Pękaninie, sygn. akt VU 68/02, postanowieniem z dnia 24.11.2003 r. uzupełnił listę wierzytelności PPH „Pakfish” Mieczysława Puchały w Pękaninie.

Uzupełnioną listę można przeglądać w sekretariacie Sądu Rejonowego V Wydział Gospodarczy w Koszalinie, ul. Grottera 4. Wierzycielom upadłego służy sprzeciw w terminie 2 tygodni od daty ukazania się niniejszego obwieszczenia.

ŻALUZJE, ROLETY, OKNA

!!! Żaluzje, verticale, rolety „Linda”, Żółkiewskiego, 059/843-73-73.

84-24-884 Słupsk – żaluzje, rolety, markizy, napędy, bramy.

OKNA PCV – nowy styl – nowa forma – 5 komór – profil „Salamander”. Bezpośrednio od producenta.

Szybkie terminy! Koszalin – Morska 48, 094/341-41-86.

OKNA PCV, 094/340-34-03.

SZKLARSKIE, lustra, Koszalin, Miła, 341-08-65.

RAMY SEGMENTOWE – PROMOCJA – 4 CM OCIEPLENIA – OD 1990 ZŁ BRUTTO Z MONTAŻEM. GARAŻE, DRZWI, OKNA, ROLETY. MEGA 059/842-96-33, 842-96-40, 0-94/343-25-71.

CZYSZCZENIE

! Podciśnieniowo, 059/843-68-79, 0-606-192-716.

DYWANY, tapicierka. 094/342-62-889, 341-08-84.

DYWANY. 0-59/84-38-911.

PRALNIA dywanów. 0-59/842-11-89, 0-691-512-136.

ALARMY, MONITORING

ALARMY TELEWIZJA, ALAN – OSTROWSKI. 0-601-217-354.

ALARMY w obiektach, kamery. 059/842-43-70. ELSER – Muchnicki.

AUTALARMY. Słupsk, 0-59/84-11-604.

AUTOZABEZPIECZENIA. Radiodowodzające. Auto – Plus 059/841-41-45.

TRANSPORT

! 0-602-33-22-23. Przewoźnik, winda.

0-602-284-693 Meblowozem – przewoźnik, winda.

DO 3 ton, solidnie. 0-602-677-551, 059/841-12-05.

OSOBOWYM, dostawczym. 059/846-11-10.

PRZEPROWADZKI meblowozem. 0-605-403-555.

PRZEPROWADZKI, 094/343-50-84.

PRZEWÓZ osób. 0-693-272-869.

USŁUGI transportowe – 5 t. 0-506-135-801.

WYNAJMY okolicznościowe kraj i zagranicą PKS Koszalin, 34-78-781.

REMONTY

„Remonty” 0-604-228-115.

30% taniej! Gładzie, remonty, hydraulika. 0-600-972-785.

CYKLINOWANIE bezpyłowe. 0-692-266-887.

CYKLINOWANIE. 0-59/84-13-586.

CYKLINOWANIE. Remonty. 0-692-944-672.

DECORMIX. Remonty, tynki gipsowe maszynowe. 0-603-75-62-95.

GLAZURA, ogólnobudowlane. 0-605-948-884.

GŁADZIE, glazura, panele. 0-59/842-03-85, 0-694-84-88-05.

HYDRAULICZNE. 0-501-055-812.

HYDRAULICZNE. 059/84-44-881, 0-605-824-667.

MILAN. Szafy, garderoby, zabudowy. 059/84-00-310, Lębork 862-14-86.

Sprzedaż detaliczna i hurtowa.

REMONTY kompleksowe, 0-507-763-110.

REMONTY, panele, drzwi, inne. 0-59/84-20-802, 0-602-316-693.

REMONTY. 059/84-03-135, 0-504-722-349.

RÓŻNE

ELEKTRYCZNE. 059/814-79-99, 0-601-84-05-25, Ustka.

ELEKTRYK, 059/840-35-25.

OPONY – OSOBOWE, CIEŻAROWE ROLNICZE, SPECJALISTYCZNE
zimowe
ALUFELGI, KOLPAKI
AKUMULATORY
EXODUS – MOR INŻ. LISOWSKI ZDZISŁAW
78-200 Białogard, ul. Szosa Połczyńska 1A, tel. 312 00 08, fax 312 00 09

KOMINKI – duży wybór, akcesoria: Decor, Słupsk, Szczecińska 61 a. 059/84-34-109.

KOMINKI NORWESKIE. 0-695-518-605.

KOMINKI, sprzedaż, montaż. 0-692-382-800.

MAGIEL Słupsk, Mickiewicza 6 – usługi na telefon, odbiór – dowóz na miejsce. 0-59/840-25-22.

MEBLE kuchenne na wymiar, rabat 15% + projekt, montaż gratis. 059/841-48-69, Słupsk, www.kostol.com.pl

MEBLE na wymiar: kuchenne, łazienkowe, szafy, garderoby, lustra kryształowe. Promocja – montaż gratis! „KRYSTOM”. Koszalin, Wąwózowa 15A, (094) 3410-354.

POSPRZĄTAM mieszkanie. 0-507-829-770.

PRACOWNIA kominków, mebli „Cyprian Filip”: wkłady, montaż, Koszalin, Lutyków, 094/347-50-27, 0-504-561-243.

SCHODY – producent. 059/842-66-71.

SPRZĄTANIE – przychodnie, gabinety, biura, firmy. 0-693-549-134.

NAUKA

LICEUM 1 rok potem matura, zapisy 840-06-10

ROSYJSKI – Irina. 0-507-800-652.

MEDYCZNE

!! Brodawki, kurzajki, odciski, zamykanie rozszerzonych naczynek na twarzy, nogach, inne LASEROWO. Alergiczne testy, odczulanie.

CHIRURGIA, NEUROLOGIA BICOM-MED, Koszalin, Piłsudskiego 73 (0 prefiks 94) 340-49-40.

!! Gabinet chirurgiczny. OZONOTERAPIA. Choroby odbyt, naczyń, stawów: diagnostyka i leczenie. Brodawki, kurzajki, włókniaki, wrastające paznokcie, odciski – laserowo. 094/3412-875, 0-602-187-867.

! IRYDOLOGIA – określanie stanu zdrowia na podstawie badania tęczówki. Ziołolecznictwo. Terapia bólów, masaż kregosłupa. „MEGAVITA” – Władimir Stepow, Koszalin, Wojska Polskiego 24-26, 094/341-14-63.

! PERFECT-DENT. STOMATOLOGIA ESTETYCZNA, IMPLANTY, LECZENIE W NARKOZIE. SŁUPSK, STARZYŃSKIEGO 6-7 („PODKOWA”), CZYNNIE 9 – 20. REJESTRACJA: 0-59/84-10-118.

! Promocja 20% zniżki – akupunktura, świecowanie uszu, masaż, oczyszczanie jelita grubego oraz komputerowa diagnostyka organizmu aparatem OBERON. Konsultacje gratis. SANATUS – Serż Karzanowski: Koszalin, Andersa 26, 346-33-63, Słupsk, Kopernika 18, 841-44-90.

NAUKA

LICEUM 1 rok potem matura, zapisy 840-06-10

ROSYJSKI – Irina. 0-507-800-652.

MEDYCZNE

!! Brodawki, kurzajki, odciski, zamykanie rozszerzonych naczynek na twarzy, nogach, inne LASEROWO. Alergiczne testy, odczulanie.

CHIRURGIA, NEUROLOGIA BICOM-MED, Koszalin, Piłsudskiego 73 (0 prefiks 94) 340-49-40.

!! Gabinet chirurgiczny. OZONOTERAPIA. Choroby odbyt, naczyń, stawów: diagnostyka i leczenie. Brodawki, kurzajki, włókniaki, wrastające paznokcie, odciski – laserowo. 094/3412-875, 0-602-187-867.

! IRYDOLOGIA – określanie stanu zdrowia na podstawie badania tęczówki. Ziołolecznictwo. Terapia bólów, masaż kregosłupa. „MEGAVITA” – Władimir Stepow, Koszalin, Wojska Polskiego 24-26, 094/341-14-63.

! PERFECT-DENT. STOMATOLOGIA ESTETYCZNA, IMPLANTY, LECZENIE W NARKOZIE. SŁUPSK, STARZYŃSKIEGO 6-7 („PODKOWA”), CZYNNIE 9 – 20. REJESTRACJA: 0-59/84-10-118.

! Promocja 20% zniżki – akupunktura, świecowanie uszu, masaż, oczyszczanie jelita grubego oraz komputerowa diagnostyka organizmu aparatem OBERON. Konsultacje gratis. SANATUS – Serż Karzanowski: Koszalin, Andersa 26, 346-33-63, Słupsk, Kopernika 18, 841-44-90.

NAUKA

LICEUM 1 rok potem matura, zapisy 840-06-10

ROSYJSKI – Irina. 0-507-800-652.

MEDYCZNE

!! Brodawki, kurzajki, odciski, zamykanie rozszerzonych naczynek na twarzy, nogach, inne LASEROWO. Alergiczne testy, odczulanie.

CHIRURGIA, NEUROLOGIA BICOM-MED, Koszalin, Piłsudskiego 73 (0 prefiks 94) 340-49-40.

!! Gabinet chirurgiczny. OZONOTERAPIA. Choroby odbyt, naczyń, stawów: diagnostyka i leczenie. Brodawki, kurzajki, włókniaki, wrastające paznokcie, odciski – laserowo. 094/3412-875, 0-602-187-867.

! IRYDOLOGIA – określanie stanu zdrowia na podstawie badania tęczówki. Ziołolecznictwo. Terapia bólów, masaż kregosłupa. „MEGAVITA” – Władimir Stepow, Koszalin, Wojska Polskiego 24-26, 094/341-14-63.

! PERFECT-DENT. STOMATOLOGIA ESTETYCZNA, IMPLANTY, LECZENIE W NARKOZIE. SŁUPSK, STARZYŃSKIEGO 6-7 („PODKOWA”), CZYNNIE 9 – 20. REJESTRACJA: 0-59/84-10-118.

! Promocja 20% zniżki – akupunktura, świecowanie uszu, masaż, oczyszczanie jelita grubego oraz komputerowa diagnostyka organizmu aparatem OBERON. Konsultacje gratis. SANATUS – Serż Karzanowski: Koszalin, Andersa 26, 346-33-63, Słupsk, Kopernika 18, 841-44-90.

NAUKA

LICEUM 1 rok potem matura, zapisy 840-06-10

ROSYJSKI – Irina. 0-507-800-652.

MEDYCZNE

!! Brodawki, kurzajki, odciski, zamykanie rozszerzonych naczynek na twarzy, nogach, inne LASEROWO. Alergiczne testy, odczulanie.

CHIRURGIA, NEUROLOGIA BICOM-MED, Koszalin, Piłsudskiego 73 (0 prefiks 94) 340-49-40.

!! Gabinet chirurgiczny. OZONOTERAPIA. Choroby odbyt, naczyń, stawów: diagnostyka i leczenie. Brodawki, kurzajki, włókniaki, wrastające paznokcie, odciski – laserowo. 094/3412-875, 0-602-187-867.

! IRYDOLOGIA – określanie stanu zdrowia na podstawie badania tęczówki. Ziołolecznictwo. Terapia bólów, masaż kregosłupa. „MEGAVITA” – Władimir Stepow, Koszalin, Wojska Polskiego 24-26, 094/341-14-63.

! PERFECT-DENT. STOMATOLOGIA ESTETYCZNA, IMPLANTY, LECZENIE W NARKOZIE. SŁUPSK, STARZYŃSKIEGO 6-7 („PODKOWA”), CZYNNIE 9 – 20. REJESTRACJA: 0-59/84-10-118.

! Promocja 20% zniżki – akupunktura, świecowanie uszu, masaż, oczyszczanie jelita grubego oraz komputerowa diagnostyka organizmu aparatem OBERON. Konsultacje gratis. SANATUS – Serż Karzanowski: Koszalin, Andersa 26, 346-33-63, Słupsk, Kopernika 18, 841-44-90.

Stare ceny wystaliśmy w kosmos

Citroën C3 już od 36 900 zł

Citroën Xsara Picasso już od 56 400 zł

Citroën Berlingo już od 44 000 zł

Citroën C5 już od 62 500 zł

Citroën Xsara już od 43 800 zł

Nie przegap swojej szansy! Teraz możesz kupić wybrane modele Citroëna: C3, C5, Xsara, Xsara Picasso i Berlingo po wyjątkowo korzystnych cenach. Ponadto w związku z planowaną zmianą przepisów na początku 2004 roku może być to ostatnia okazja, by kupić wersję z homologacją ciężarową i odliczyć podatek VAT. To ostatnie odliczanie tego roku! Citroën. Polubisz każdą drogę.

CITROËN
POLUBISZ KAŻDĄ DROGĘ

Spracyzowanie oferty w autoryzowanych salonach Citroëna. Promocja dotyczy samochodów rok prod. 2003, zamówionych i odebranych od 03.11.2003. Liczba samochodów, modeli i wersji objętych ofertą ograniczona. Mniejsza promocja nie może być łączona z innymi ofertami promocyjnymi.

CITROËN
A. DREWNIKOWSKI
SOLIDNY PARTNER SPRAWDZONEJ MARKI

Salon i serwis:
Koszalin, ul. Piastowska 1
tel. (0-94) 343 09 93

CITROËN polska marka CITROËN finansowanie CITROËN leasing

www.citroen.pl

Informacja o sieci koncesjonariuszy: 0801 111 555 (Koszt połączenia: 1 impuls TP SA)

u460/3409

PODRĘCZNIKI: SZKOLNE, AKADEMICKIE, JĘZYKOWE

... idealny prezent pod choinkę

Promocja świąteczna wszystkie książki od 1 do 20 grudnia 20% taniej!

Koszalin, ul. Zwycięstwa 170/2, tel./fax (094) 346 26 28

Księgarnia Językowa
PIOTR CIEGIELSKI i S-KA

u470

OCENA NADZERKI KOBIECEJ METODĄ WI-DEOKOLPOSKOPII; „VITRODENT”;
059/8-412-450.

ODCHUDZANIE. 0501-468-164.

ODTRUWANIE alkoholowe, również w do-
mu pacjenta. Esperal. 0-602-706-553.

PRAXIS Lecznicza Chirurgiczna. BEZPŁAT-
NIE! Operacje: przepuklin, tarczycy, żyła-
ków. Laparoscopia. Kruoskopia. USG.
Konsultacje i zabiegi ortopedyczne i neu-
rochirurgiczne. Koszalin, Szczecińska 32,
informacje: 343-40-64;
rejestracja, 0-603-990-401.

SPECJALISTYCZNE gabinety stomatolo-
giczne z pracownią protetyczną; leczenie
dorośli, dzieci, chirurgia, protetyka, nar-
koza. Koszalin, Żeromskiego 2A, Kutylow-
scy Bogumiła, Janina, Tomasz,
094/340-35-25, 0-608-122-155.

WWW. ESTMED. KOSZALIN. PL

ZABIEGI. Zabiegowo, bezzabiegowo.
0-501-294-047.

TOWARZYSKIE

!!! HAVANA. Ustka, 0-601-64-43-94.

Malibu, 100% satysfakcji, 35-188-18,
0-607-929-100. Kołobrzeg. Zakwaterowa-
nie gratis.

ROMANTIKA-CLUB k/Ustki.
0-504-172-480.

Violetta. Kołobrzeg, 35-171-70. Zatrud-
nie. Zakwaterowanie gratis.

20-LATKA. 0-601-866-508.

21-LATKA. 0-609-239-707

22-LATKA. 0-607-917-961

35-LATKA. 0-506-365-459.

ABI. 0-694-303-007.

AGNES Kołobrzeg 35-163-64. Pilnie za-
trudnię.

ANIA. 0-603-705-198.

ASIA. 0-504-835-545.

ATRAKCYJNE, Kołobrzeg, 0-694-173-740.

BLONDYNKA. Słupsk, 0-605-317-508.

DZESIKA Słupsk, 0-606-426-664,
059/842-60-98.

EWA 35-latka, 0-693-469-974.

GOLUTKA, Kołobrzeg, 0-692-964-998.

Prezydent Miasta Kołobrzeg

Informuje, że

zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nierucho-
mościami z dnia 21 sierpnia 1997 r. /tekst jednolity
Dz. U. z 2000 r. nr 46, poz. 543 z późniejszymi zmianami/
na tablicy ogłoszeń usytuowanej na budynku Urzędu Miasta
Kołobrzeg, ul. Ratuszowa 13, został wywieszony wykaz
nieruchomości przeznaczonych do zbycia w drodze
bezpłatnej, na rzecz najemców:

- lokal mieszkalny położony w Kołobrzegu
przy ulicy Cichej 9
- lokal mieszkalny położony w Kołobrzegu
przy ulicy Jedności Narodowej 77
- lokal mieszkalny położony w Kołobrzegu
przy ulicy Wiosennej 13.

Należność za wykonaną usługę zostanie uregulowana z konta
Urzędu Miasta Kołobrzeg, BPH PBK S.A. I O/Kołobrzeg
nr 14 1060 0076 0000 4013 2000 2833 w terminie 21 dni
od daty dostarczenia rachunku.

PREZYDENT MIASTA SŁUPSKA

ogłasza konkurs ofert na stanowisko

Dyrektora Wydziału Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska

Wymagania:

- 1/ posiadanie obywatelstwa polskiego,
 - 2/ wykształcenie wyższe, preferowane kierunkowe,
 - 3/ co najmniej 5-letni staż pracy na stanowisku kierowniczym,
 - 4/ znajomość przepisów ustawy o zamówieniach publicznych oraz przepisów dotyczących
różnych obszarów ochrony środowiska,
 - 5/ doświadczenie w organizacji i zarządzaniu mieniem,
 - 6/ doświadczenie w kierowaniu zespołami ludzkimi,
 - 7/ dobry stan zdrowia,
 - 8/ niekaralność,
 - 9/ znajomość obsługi komputera w w środowisku Microsoft Windows
(w szczególności programy Word i Excel) oraz internet,
 - 10/ dyspozycyjność,
 - 11/ mile widziane: uprawnienia budowlane, zdany egzamin państwowy dla członków Rady Nadzorczej
spółek Skarbu Państwa, licencja zarządcy nieruchomości.
- Oferta winna zawierać:**
- 1/ umotywowane zgłoszenie do udziału w konkursie (strategia pracy),
 - 2/ kwestionariusz osobowy ze zdjęciem,
 - 3/ odpis (kopia potwierdzona) dyplomu oraz innych dokumentów stwierdzających posiadane
kwalifikacje zawodowe,
 - 4/ curriculum vitae z uwzględnieniem osiągnięć w pracy zawodowej
(wskazane referencje z poprzedniego miejsca pracy),
 - 5/ zaświadczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do zajmowania stanowiska kierowniczego,
 - 6/ zaświadczenie o niekaralności.

Komplet dokumentów w zamkniętych kopertach z dopiskiem „Konkurs ofert na stanowisko
Dyrektora Wydziału Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska” osoby zainteresowane
winny złożyć w Zastępcy Prezesa Miasta Słupska (Urząd Miejski w Słupsku, pok. 108)
do dnia 9 grudnia 2003r. do godz. 12.00.

Osoby zainteresowane zostaną powiadomione pisemnie o terminie przeprowadzenia rozmowy
kwalifikacyjnej.

GOSIA. 0-692-573-104.

KAMA. 0-503-47-98-14.

KAMELIA Słupsk, 0-503-77-55-62.

KOBIECA 25-latka. Słupsk, 0-694-105-347.

NICOL. 0-503-47-98-14.

NIGHT Club. Koszalin, (094) 348-06-47.
Zatrudnimy, zakwaterowanie.

OLA. 0-505-65-28-41.

PAN paniom, (30 min.) gratis –
0-503-941-851.

PANOWIE dla pań. 0-503-400-790.

PARA BI. 0-501-93-62-88.

POMYSŁOWA 20-letnia. Słupsk,
0-503-324-542.

PONAM przyjaciela 60 – 70 lat; zaintere-
sowania, kulturalne; oferty składać –
„GP” Słupsk, Pobożnego 19, nr 4600.

RÓŻA. 0-697-259-583.

SZUKAM sponsora. 0-504-512-507.

TRZYDZIEŚCIOLATKA, 0-501-920-108.

ZADZWOŃ przyjeździemy 0504-641-678.
Zatrudnię.

ZADZWOŃ, przyjeździemy: 0-507-560-640.

ZADZWOŃ, przyjeździemy: 0-507-560-640.

ROZRYWKA

DOM Weselny. 094/347-11-77.

ORKIESTRA (oprócz sylwestra),
0-503-941-851.

ZAGRAMY sylwestra. 0-59/84-00-886,
0-691-121-292

PRACA

AVON – zarabiaj. Prezenty. 0-501-176-480.

CUKIERNIKÓW ze stażem zatrudnimy.
0-507-48-37-22, 0-501-722-588.

DIANA zatrudni krawcowe.
0-59/84-21-872.

FIRMA telekomunikacyjna poszukuje
przedstawicieli handlowych.
0-601-441-021.

KOBIECIE do lat 35 ze Słupska zatrudnię
w handlu. 0-508-811-296.

KOBIECIE do pracy w Niemczech, wiek 40
– 55 lat, podstawowa znajomość niemiec-
kiego, do opieki nad starszymi osobami.
0-59/846-19-04, 0-507-46-23-95.

KONSULTANTA Oriflame, bezpłatnie.
0-604-189-118.

PILNIE!!! Studentka studiów zaocznych
(I rok ekonomii, kierunek: handel zagranic-
ny), młoda, operatywna. 0602-369-711.

POSPRZĄTAM, zaopiekuję się osobą star-
szą, dzieckiem, 094/345-19-00.

PRACA od zaraz. 0-502-812-522.

ZAPRASZAM panie do współpracy w klu-
bie nocnym. Koszalin, 0-602-75-66-55,
094/340-58-99.

RÓŻNE

SIATKI, słupki, produkcja.
PRODRUT, Słupsk, Raszyńska 6D.
059/842-87-55.

TURYSTYKA

I Busy – wynajem/ wypożyczalnia.
Skutery – wypożyczalnia, tel. 3411-418,
0-504-091-647.

GLOBTOURIST – wynajem samochodów:
osobowe, mikrobusey, autokary, koncesja,
kraj, zagranica. 094/354-26-77,
0-601-555-174. U-461

TRANS-LUX. Autokary, mikrobusey,
wynajem. Koncesja. Kraj, zagranica.
094/340-59-74.

LOMBARDY

LOMBARD Komis. Słupsk, Piekietko 16,
0-59/84-37-084.

LOMBARD. Lutosławskiego 1,
Słupsk, 84-24-111.

KOMPUTERY

KOMPUTERY – sprzedaż, modernizacja,
Koszalin, 094/340-54-98.

KOMPUTERY niskie ceny. Opimusz Inrach,
094/347-40-86.

NAPRAWA, modernizacja. Słupsk,
843-63-80, 0-601-558-236.

NAUKA JAZDY

AUTO – Nauka Tkaczyk. 094/347-11-77

RONDO. 0-59/84-39-126, 0-603-756-330.

BIZNES

EXPRES-KREDYT. 059/840-22-72.

KREDYT. 0-59/84-02-552.

KREDYT. 0-59/842-92-38.

KREDYT. Ustka, 0-502-551-685.

QS KREDYT – GOTÓWKOWY, SAMOCHO-
DOWY. SŁUPSK GALERIA PODKOWA IIP
059/84-03-470.

Wójt Gminy Ostrowie informuje

, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Ostrowie
został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży:

- w przetargu ustnym nieograniczonym:**
- wykaz nr 29 - nieruchomości gruntowa niezabudowana działka nr 77/1 o pow. 0.10 ha
KW 26142 w miejscowości Chlebowo.
- wykaz nr 30 - nieruchomości gruntowa niezabudowana działka nr 128 o pow. 0.08 ha,
KW 9857 w miejscowości Smoldziejczyno.

Na rzecz najemcy

- wykaz nr 27 - nieruchomości lokalowa mieszkaniowa, działka nr 24/1 o pow. 1.30 ha,
KW 16286 w miejscowości Ostrowie 65/2.

Na rzecz użytkownika wieczystego

- wykaz nr 28 - nieruchomości gruntowa w użytkowaniu wieczystym działka nr 146/15
o pow. 0.1140 ha, działka nr 148/3 o pow. 0.0327 ha
KW 18298 w miejscowości Ostrowie.

SAPARD-4. 094/341-65-81.

WWW. PODSLUCHY007. PL
0-504-535-070.

ROLNICTWO

SPRZEDAM

JAŁÓWKĘ, 094/31-85-676.

KONIE do rekreacji. 0-59/811-92-62.

PROSIĘTA, loszki hodowlane, PBZ x WBP
luźne i zaproszone, maciory po drugim
wyposileniu oraz półtusze macior.
0-605-766-774, 0-59/811-25-23.

SIEWNIK niemiecki, 0-693-036-229.

URSUS 1204, 20 000, 0-602-533-017.

ZETORY: 16245 (1993), 10145 (1991),
7745 (1994), Ursus 934 (1989),
0601-644-957.

ZIEMIĘ sprzedam. 0-59/846-17-06,
0-505-225-802.

UŻYWANE

SPRZEDAM

KOPARKO-SPYCHARKA Białorus,
tek. 0-601-059-412

MEBLE największy wybór. Ustka,
Słupska 7; 059/814-81-14.

OPEL astra kombi 96, 1.6 16v,
radioodtwarzacz, klima, dobry stan,
tel. 605664456

PRZYSTAWKĘ do pieca na trociny.
059/810 43 00

SPRZEDAM FORDA SIERRE (1985)
B+G CENA 2000, TEL. 598107546

TELEWIZOR kolor 28", bdb.
0-59/84-11-478.

NASZE ZWIERZAKI

SPRZEDAM

AMSTAFFY szczeniaki. 0-59/84-40-296.

JAMNIKI. 0-59/840-36-13.

OWCZARKI niemieckie. 0-603-236-769.

SZCZENIAKI ban-dog. 094/346-27-84.

Zespół Szkół Ogólnokształcących
i Technicznych w Słupsku,
ul. Szymanowskiego 5

zawiadamia, że ogłosił
przetarg na wymianę
stolarki okiennej.

Dodatkowe informacje
u zamawiającego,
tel. 059/84 267 66.
Termin otwarcia ofert
05.12.2003 r. o godz. 10.30.

Nadleśnictwo Lębork informuje

że na tablicy ogłoszeń w biurze Nadleśnictwa został wywieszony na
okres 3 miesięcy wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia
w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców.

Przedmiotem sprzedaży są:

1. Budynek mieszkalny dwurodzinny i 1 budynek gospodarczy
położony w miejscowości **Dziedzno 5** gm. Cewice na działce
nr 239/6 oraz działka nr 239/6 o powierzchni 1366 mkw.
2. Budynek mieszkalny czterorodzinny położony w miejscowości
Czarnówko 26 gm. Nowa Wieś na działce 331/3L oraz działka
nr 331/3L o powierzchni 2109 mkw.
3. Budynek mieszkalny dwurodzinny i 2 budynki gospodarcze
położone w miejscowości **Wrzeszcie 48** gm. Wicko na działkach
239/2L i 239/3L oraz działki 239/2L o pow. 628 mkw i 239/3L
o pow. 846 mkw.
4. Budynek mieszkalny i budynek gospodarczy położony w Lęborku
przy **ul. Kartuskiej 3** na działce 13/10L oraz działka nr 13/10L
o pow. 1288 mkw.
5. Budynek mieszkalny jednorodzinny położony w miejscowości
Łebień 33 gm. Nowa Wieś na działce 273A/16L oraz działka
nr 273A/16L o powierzchni 1074 mkw.

BH4438

Prezydent Miasta Kołobrzeg ogłasza konkurs na usługę brokerską

w zakresie kompleksowego opracowania programu ubezpieczeniowego
dla wszystkich jednostek organizacyjnych Gminy Miejskiej Kołobrzeg.

Zainteresowanych, spełniających wymagane prawem zezwolenia
do prowadzenia działalności brokerskiej w zakresie ubezpieczeń
(PUNU, KNU i FE) prosimy o składanie ofert zawierających:

1. prezentację firmy,
2. zakres, metody działalności z określeniem czasu potrzebnego do
przygotowania programu ubezpieczeniowego,
3. listy referencyjne, w tym listy 10 największych podmiotów, które
korzystają z pośrednictwa oferenta przy realizacji usług
ubezpieczeniowych w oparciu o ustawę o zamówieniach publicznych,
których minimalna suma ubezpieczenia nie przekracza 40 000 000 zł.

Oferty należy składać w Urzędzie Miasta w pokoju nr 1 - Biuro Podawcze
do dnia 10 grudnia 2003 r. w zamkniętych kopertach z napisem
„KONKURS BROKER”.

Prezydent Miasta Kołobrzeg zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru
oferenta, nieprzyjęcia żadnej z ofert bez podania przyczyn, unieważnienia
konkursu, a także odstąpienia od niego, prowadzenia negocjacji z
wybranymi oferentami, przedłużenia terminu składania ofert oraz zmiany
terminu rozstrzygnięcia konkursu.

BH4468

Ze względu na konieczność wykonania prac na urządzeniach energetycznych,
wystąpią przerwy w dostawie energii elektrycznej w dniach:

- 1-3 i 5.12.03r. godz. 8-14.30 Sierakowo wieś
2.12.03r. godz. 9-14 Sierakowo kol.; Hydrofor, Kończewo hodowla
2.12.03r. godz. 8.30-9.30 i 13-14.30 Kończewo całe
2.12.03r. godz. 8-11 Noskowo były PGR i budynki
2.12.03r. godz. 11-14.30 Wrzeszka kol., Sklep
3.12.03r. godz. 8.30-14 Noskowo Osiedle
3.12.03r. godz. 8-9 i 14.30-16 Kobylnica ul. Orzechowa, Młyńska 17-31
3.12.03r. godz. 8-16 Kobylnica ul. Młyńska 1-15, 2-14, Szkoła, Sala sportowa
4.12.03r. godz. 8-9 i 14.30-16 Bydlino całe
4.12.03r. godz. 8-16 Bydlino "za rzeką", przetwórnia ryb, zakłady, mieszkańcy.
Za wynikające utrudnienia związane z przerwami w dostawie prądu,
Rejon Dystrybucji Słupsk przeprasza.

G8463



Prezydent Miasta Koszalina

Zaprasza do udziału w przetargu nieograniczonym na:

„BANKOWĄ OBSŁUGĘ BUDŻETU MIASTA KOSZALINA ORAZ 42 JEDNOSTEK ORGANIZACYJNYCH MIASTA KOSZALINA”

1. Termin realizacji od dnia 15.03.2004r. do dnia 14.03.2007r.
2. Specyfikację Istotnych Warunków Zamówienia można otrzymać w Biurze Zamówień Publicznych
Urzędu Miejskiego, ul. A.Mickiewicza 26, pokój nr 13, w godzinach pracy Urzędu.
3. Miejsce i termin składania ofert.
Ofertę należy złożyć w Urzędzie Miejskim, Biuro Zamówień Publicznych ul. A.Mickiewicza 26,
pokój nr 13 w terminie do dnia: 12.01.2004 r. do godziny 10.30.
4. Miejsce i termin otwarcia ofert.
Zamawiający dokona otwarcia ofert w obecności oferentów w dniu 12.01.2004r. o godzinie 12.00
w Urzędzie Miejskim w Koszalinie, ul. A.Mickiewicza 26, pokój nr 21.
5. W przetargu mogą wziąć udział oferenci:
a) spełniający warunki art. 22 ust. 2 ustawy o zamówieniach publicznych oraz warunki dodatkowe:
- posiadają konces

Sobota – niedziela, 29 – 30 listopada 2003 r.

Głos

DZIECI



Drogie dzieci!

Jutro andrzejki – czas wróżenia i zabawy. Polecamy listę wróżb, którą proponują wam dziś dzieciaki ze świdwińskiej dwójki. A kto nie myśli jeszcze o kandydacie na męża czy żonę, z zastygłego wosku odczyta inne ważne informacje. Zabawa z wróżbami świetnie się udaje w większym gronie, na przykład z rodzeń-

stwem w domu. Ponawiamy naszą propozycję, byście nadsyłali nam swoje prośby do Świętego Mikołaja, które potem przedstawimy w GŁOSIE DZIECI. Piszcie do nas pod adresem: „Głos Pomorza”, ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, GŁOS DZIECI; adres poczty elektronicznej: olek@glos-pomorza.pl.

Andrzejkowe zabawy

Jak co roku w świetlicy szkolnej na św. Andrzeja wraz z wychowawczynią **Małgorzatą Dubiną** i panią **Zofią Pachutą** wszyscy sobie wróżymy. Aby dowiedzieć się, co nas spotka w przyszłości, wróżymy z wosku, jabłek, za pomocą obrączek i talerzyków. Pamiętamy o tym, aby traktować te wróżby z przymrużeniem oka. Cieszymy się, że w ten wieczór możemy się wspólnie bawić i odgadywać naszą przyszłość.

Dagmara Kot, kl. VIIb,
SP nr 2 w Świdwinie

Nasza twórczość andrzejkowa

■ Andrzejki w naszej świetlicy to wspólna biesiada, tańce, wróżby i zabawa. Lanie wosku przez klucz powie, czy wyjadę czy zarobię.

■ Gdy na wodę wosk lejemy, co nas czeka znać będziemy. Naszą przyszłość, podróży wiele choć na niby, ale dobrze się bawimy.

Lista wróżb

■ **Słoma lub wióry.** Rozsyp garść słomy i policz ilość słomek. Jeśli jest parzysta, wyjdiesz za mąż za tego, kogo kochasz.

■ **Zapałki lub drewienka.** Wypisz na stół zawartość kilku pudełek zapałek. Wez ich garść i odliczaj: „kawaler, wdowiec, kawa-

ler... „Jeśli przy ostatniej zapałce powiesz „kawaler”, za niego wyjdiesz za mąż.

■ **Kolki w płocie.** Wyjdź przed dom i stań koło plotu. Następnie odlicz w nim dziewięć kółek. Na dziewiątym zawiąż wstążkę i przyjrzyj mu się dokładnie. Tak będzie wyglądał twój mąż (gruby, chudy, prosty, krzywy, spróchniały, itp.).

■ **Lanie wosku na wodę.** Wosk lejemy przez klucz, który zamyka wszelkie sekrety, tajemnice, ale i otwiera bramy do niebios, umożliwia kontakt z dobrymi duchami. Roztopiony wosk lej cienką stróżką przez ucho klucza. Poczekaj chwilę, aż wosk stężeje. Następnie wyjmij go z wody i na podstawie otrzymanego kształtu (można rzucić cień na ścianę) odczytaj zawód swego ukochanego.

■ **Lódceczki.** Przygotuj dwie skorupki jaj lub lupinki orzecha. Do ich dna umocuj zapalone świeczki. Tak przygotowane lódceczki puść na wodę (żywiły – woda i ogień). Jeśli zbliżą się do siebie, jest szansa na ślub; gdy się oddalą, a świeczki zgasną lub wpadną w wodę, zniknie miłość zdmuchnięta przez złe moce.

■ **Jabłko.** Obierz jabłko tak, żeby skórka była jak najdłuższa. Następnie lewą ręką rzuć ją za siebie. Ułoży się ona w literę, od której zaczynać się będzie imię ukochanej osoby.

Wosk przez klucz

Dziś na pewno wybieracie się na imieniny jakiegoś Andrzeja, a jeśli żaden z Waszych kolegów nie ma na imię Andrzej, spotkacie się pewnie w zaprzyjaźnionym gronie, żeby sobie powróżyć.

Największą atrakcją andrzejkowych zabaw jest wróżenie z wosku. Roztopiony wosk lejemy, jak każe tradycja, przez dziurkę starego, dużego klucza na zimną wodę. Kiedy wosk zastygnie, wyjmujemy go z naczynia i rzucajemy jego cień na ścianę. Z kształtów bryłki wosku można ponoć odczytać, co przydarzy się nam w ciągu najbliższego roku.

Woskowe kształty

- but lub łódka – czeka Cię podróż
- drzewo – Twoje marzenia i plany mają szansę się spełnić
- gitara – spotka Cię wiele dobrego przy okazji jakiejś uroczystości
- hak – musisz być ostrożny, żeby nie narobić sobie i rodzicom kłopotów

- kapelusz – dostaniesz wiele pięknych prezentów
- kielich – poznasz kogoś miłego
- koło lub kotwica – Twój los wkrótce obróci się na lepsze
- łyżka – będziesz się świetnie dogadywał z rodzicami i rodzeństwem
- miecz – zostaniesz doceniony w szkole
- motyl – Twoje plany są zbyt ulotne, zrezygnuj z nich
- oko – wszystkie problemy wkrótce się wyjaśnią
- palma – otrzymasz pomyślną wiadomość
- piramida – pokonasz wszystkie szkolne trudności
- ręka – możesz liczyć na pomoc przyjaciół
- słońce – najpomyślniejszy znak – czeka Cię wiele szczęścia

■ wazon – drobny upominek od kogoś bliskiego

But za butem

Inna wróżba przeznaczona jest tylko dla dziewczyn. Zdejmujesz buty i, zaczynając od ściany znajdującej się naprzeciw drzwi wejściowych do mieszkania, ustawiasz je jeden za drugim. Ta, której bucik dotknie noskiem progu lub go przekroczy – jako pierwsza z towarzystwa wyjdzie za mąż.

Wróżba w ciasteczku

Jeśli wcześniej poprosicie mamę, żeby na imprezę andrzejkową przygotowała specjalne ciasteczka z wróżbami, czeka Was doskonała zabawa. Oczywiście musicie mamie pomóc. Przed upieczeniem do ciasteczek należy włożyć zwinię-

te w rulonik karteczki. Na karteczkach napiszcie wróżby lub dowcipne przestrogi. Mogą to też być śmieszne wierszyki. Kiedy ciasteczka znajdą się na stole, każdy gość wybiera jedno dla siebie, nagryza i wyciąga rulonik, a następnie głośno odczytuje swoją wróżbę.

Kartka spod poduszki

Po powrocie z andrzejkowej zabawy te dziewczęta, które chcą się dowiedzieć, jak będzie miał na imię ich mąż, wkładają karteczkę z napisem „ktoś inny” i „nikt”. Rano, zaraz po przebudzeniu, sięgniecie pod poduszkę i wszystko będzie jasne.

To oczywiście tylko zabawa. Nie bierzcie andrzejkowych wróżb zbyt poważnie.



Nagrody w krzyżówce
fundują restauracje
Mc Donald'sa w Koszalinie i w Słupsku

SZYFR

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
1	A	B	C	D	E	F	G	H	I
2	J	K	L	Ł	M	N	O	P	R
3	S	T	U	Ó	W	Y	Z	Ż	Ż

3-V, 2-IX, 3-IV, 3-VIII, 1-II, 1-I,
2-II, 1-I, 1-II, 1-I, 2-IV, 1-I,
2-VIII, 2-IX, 3-VII, 1-V, 2-VIII, 2-VII, 3-V, 1-IX, 1-V, 1-IV, 2-VI, 1-IX, 1-I



Konkurs Świąteczny Głosu

Narysuj

ogłaszamy konkurs na portret Mikołaja



Mikołaja

Prace wykonane dowolną techniką należy wysłać pod adresem redakcji „Głosu Pomorza”, ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, z dopiskiem „Mikołaj”.

10 najciekawszych prac nagrodzimy i opublikujemy 13 grudnia na łamach Głosu Dzieci.

Na pracę czekamy dwa tygodnie.



Jesienne rymy

Las jesienią

Gdy jesień zagości w lesie,
gdy ptaki pływają w pierzastych obłokach,
gdy liście tańczą z wiatrem,
wtedy jest tam najpiękniej na świecie.
Piękniej niż na Hawajach,
piękniej niż w Egipcie
– po prostu wyśmienicie.

Kacper Żuk, SP nr 10 w Słupsku

Jesienne latawce

Złociste liście wirują na wietrze,
niczym świeżutkie powietrze.
Różnobarwne liście wirują na wietrze,
niczym samoloty latające w powietrzu.

Ania Galej, SP nr 10 w Słupsku