

Najczęstsze pytania
o kurację z NFZ - strona 6

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Środa 8 sierpnia 2018

**Kierowca śmieciarki
oskarżony
o spowodowanie
katastrofy**

STRONA 3

**Dziś każdy może
zostać surferem.
Darłówko zaprasza
nad morze**

STRONA 13

Ustka

Klient: To rachunek nie z tej ziemi!
Restaurator: Ceny widać jak na dłoni

u /tti'

0,6i*105,00=

66.151B

Jorf /W

0,87*25,00= 21,75B

Cif

SURÓWKI /HńRZ.GOT

0,91*25,00= 22,75B

50r/SVROP/NńPOJ[

1*5,00=

5,00B

SP.OP.B

172,33

PIUB*8,Q0* 12,77

DA7EM DTII

1') 11

**Turyści narzekają na jakość usług
nad morzem. Jeśli jest wybór,
trzeba iść gdzie indziej**

STR. 4, KOMENTARZ STR. 2

**Słupsk. Dwie ważne
kwestie. Radni
postawieni podścianą
na nadzwyczajnej
sesji**

STRONA 8

**Pieniądze
dla wykluczonych
społecznie. Słupski
MOPR otrzymał
dofinansowanie**

STRONA 8

wymioty, biegunka i gorączka

Epidemia na kolonii. Dzieci w szpitalu, sanepid w ośrodku

Alek Radomski
ateksander.tadomski@gp24.pl**Słupsk**

Jedenaścioro dzieci z objawami za-
trucia przebywa w trzech szpitalach
w regionie. Ośrodek w Poddąbiu jest
kontrolowany przez sanepid.

Wymioty, gorączka i biegunka. Od po-
niedziałku wieczorem kilkanaścioro
dzieci z takimi objawami trafiło
do trzech szpitali w regionie. Wszys-
kie przyjechały karetkami prosto
z ośrodka kolonijnego w Poddąbiu. -
Pięcioro z nich w wieku od 11 do 16 lat
znajduje się na naszym oddziale pe-
diatrycznym - informuje Monika
Zacharzewska, rzeczniczka szpitala woje-
wódzkiego w Słupsku. - Mają objawy
zatrucia. Pacjenci uskarżali się też
na ból brzucha.

Troje kolonistów jest hospitalizo-
wanych w szpitalu w Miastku. Kolejna
trójka została przetransportowana
do Bytowa. Wczoraj w ośrodku zapew-
niano nas, że to nie zatrucie pokar-
mowe, a infekcja wirusowa i odesłano
nas do sanepidu. Ten właśnie wszczął



**Słupski sanepid wszczął dochodzenie epidemiologiczne. - Ma ono ustalić
źródło i znaleźć przyczynę powodującą objawy - mówi Włodzimierz Sławny**

dochodzenie epidemiologiczne w tej
sprawie. Ma ono ustalić źródło i zna-
leźć przyczynę powodującą objawy. -
Chodzi oto, aby przerwać ten łańcuch
- mówi Włodzimierz Sławny, Pań-
stwowy Powiatowy Inspektor Sani-
tarny w Słupsku i dyrektor Powiatowej
Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej. -
Niczego nie można wykluczyć. Objawy
są typowe dla rotawirusa, ale będziemy
też szukać w kierunku zatrucia.

Do Poddąbia pojechała sekcja ko-
munalna, epidemiologiczna, dzieci

i młodzieży oraz żywnościowa ze
słupskiej stacji. W każdej przynajmniej
po dwie osoby. Ich zadaniem jest po-
branie próbek do badań z posiłków
i wody. Wymazy mają też zostać po-
brane z kuchni, a nawet z rąk perso-
nelu obsługującego stołówkę, która
żywiła około 380 osób z kilku kolonii
w różnych częściach kraju.

Sanepid o wymiotujących dzie-
ciach został zawiadomiony przez pie-
lęgniarkę z ośrodka. Na 112 dzwonili
również rodzice.

WIĘCEJ STRONA 4

**Naleczenie, a nie dowieszenia
trafi Dariusz R. - mężczyzna
z zarzutami rozkopywania
licznych grobów na Pomorzu
i kradzieży ciał**

STRONA 2

**Gdański Jarmark
Świętego Dominika
muzycznie zaprasza:
od popu
po elektronikę**

STRONA 14

Pogoda w regionie

Dzisiaj

33°C
19°C

Ciśnienie

1013.8 hPa

Wiatr

5SE15 km/h

Uwaga

częściowo słonecznie

Czwartek
30°C 20°CPiątek
27°C 16°CSobota
22°C 16°C

Uwaga: przeważnie słonecznie, burze z piorunami

Marcin Wójcik
marcin.wojcik@gp24.plTRZY MIESIĄCE
TURYSTYCZNYCH
ŻNIW

Komentarz

Kobieta, która postanowiła zjeść w jednym z usteckich barów, musiała słono za to zapłacić. Rachunek był wysoki, a jedzenie - jej zdaniem - marne. Zauważmy jednak, że turysta wypoczywający nad Bałtykiem staje się ofiarą dużego przemysłu, nastawionego na jak największy zysk, kosztem nie tylko dobrego smaku. Właściciele pensjonatów, restauracji, barów i innych przybytków kwitnących w sezonie, wyciskają swoich klientów jak cytrynę. Zdaje się, że wyznają zasadę:

jak najwięcej za absolutne minimum. Jakość usług drastycznie spada, ceny zaś sięgają gwiazd, ale niestety w negatywnym znaczeniu. Turysta bardzo często nie ma wyboru - gdziekolwiek pójdzie, wszędzie zostanie obsłużony tak samo. Niemówimy tu tylko o Uście, czy naszym regionie, ale całym pasem nadmorskim z Półwyspem Helskim włącznie. Takie scenariusze znane są wszystkim wypoczywającym zarówno w Uście, jak i Władysławowie. Takie działania mogą odstraszać turystów, którzy za te same pieniądze wybiorą np. Egipt lub Maroko. Tam zostaną obsłużeni z uśmiechem na ustach, a ceny będą jasno podane, a transakcja przeprowadzona uczciwie. Tak można postępować także nad Bałtykiem. Jeśli ceny będą rozsądne, klient zadowolony - na pewno wróci do nas w przyszłym roku. Interes będzie się opłacał, a wspomnienia zawsze będą miłe.

Zawsze należy słuchać poleceń na kąpieliskach

Rozmowa

Mimo wielu ostrzeżeń i nagłaśniania problemu przez media nadal dochodzi do utonięć. W zeszły weekend w ten sposób zginęło aż 30 osób. O bezpieczeństwie nad wodą rozmawialiśmy ze st. kpt. Tomaszem Ponczkowskim, rzecznikiem słupskiej straży pożarnej.

Mimo ostrzeżeń i akcji uświadamiających nadal dochodzi do wielu utonięć. Jak temu zaradzić?

Najważniejsze jest słuchanie poleceń na kąpieliskach. Przede wszystkim trzeba odczytać to miejsce - zwrócić uwagę na kolor wywieszonych tam flagi. Jeśli jest biała, to znaczy, że tutaj można się bezpiecznie kąpać. Czerwona z kolei oznacza zakaz wchodzenia do wody. Jeśli nie ma flagi, to znaczy, że nie ma też ratowników. Wtedy tym bardziej należy zastanowić się nad bezpieczeństwem takiego miejsca i rozważyć możliwość wchodzenia do wody.



st. kpt. Tomasz Ponczkowski opowiedział o bezpieczeństwie nad wodą

Podobno nie powinno się wchodzić do wody bezpośrednio po posiłku.

To prawda. Zgodnie z zaleceniami, pierwsza kąpiel powinna odbyć się przynajmniej godzinę po spożyciu posiłku. Natomiast spożywanie alkoholu jest absolutnie wykluczone. Powinniśmy przyjąć zasadę - im więcej alkoholu, tym dalej od wody. Alkohol nie powinien iść w parze z wypoczynkiem nad wodą.

Jakie czynności podejmuje straż pożarna, gdy okaże

się, że uratowana z wody osoba okaże się pod wpływem alkoholu?

Zgodnie z zasadami, w takiej sytuacji powiadamy odpowiednie służby, które wtedy podejmują należące do nich czynności.

Co należy robić, jeśli zauważymy tonącego?

Jeśli mamy doświadczenie i dysponujemy odpowiednim sprzętem, takiej osobie należy natychmiast pomóc. Mimo to pierwszym krokiem i tak powinno być zaalarmowanie wykwalifikowanych służb, które podejmą skuteczne działania. Jeśli nie jesteśmy w odpowiednim stanie psychofizycznym, żeby móc udzielić pomocy, wówczas zczekajmy na przyjazd służb. Lepsza jest taka postawa niż ratowanie potem już niejednego, ale dwóch poszkodowanych. Zawsze trzeba mierzyć siły na zamiary i nie postępować pochopnie.

Marcin Wójcik
marcin.wojcik@gp24.pl

Kolekcjoner ciał
trafi do szpitala

Pomorz

Jacek Wierciński
jacek.wiercinski@polskappress.pl

Do zamkniętego ośrodka na leczenie, a nie do więzienia trafi Dariusz R. Mężczyzna z zarzutami rozkopywania licznych grobów na Pomorzu i kradzieży zwłok nazywany jest przez media „kolekcjonerem ciał”.

Kiedy dopuszczał się profanacji miejsc pochówku, był niepozorny

talny - wynika z opinii dwóch psychiatrów i psychologa, którzy przebadali 54-latkę. Mężczyzna, któremu śledczy początkowo postawili 6 zarzutów zbieżnych z tym, co w październiku 2016 r. do października 2017 r.) w Gdyni, Rumi, Łęborku, Kosakowie i gdańskich Kokoszkach, w styczniu usłyszał 2 kolejne zarzuty. Dotyczą Wojskowego Cmentarza Francuskiego, który Dariusz R. miał sprofanować w październiku 2016 r., oraz (ponownie) miejsc pochówku

na gdańskich Kokoszkach, skąd skraść miał urnę z prochami.

Na razie mężczyzna przebywa wareszcie tymczasowo. Będzie tam co najmniej do października, chyba że wcześniej umorzony zostanie postępowanie w jego sprawie i trafi on do ośrodka zdrowia. - Po zakończeniu śledztwa do sądu zostanie skierowany wniosek o umorzenie i orzeczenie internacji - mówi Grażyna Wawryniuk z Prokuratury Okręgowej w Gdańsku. Decyzja biegłych oznacza, że Dariusz R. będzie izolowany i poddany leczeniu psychiatrycznemu. Wszpital upośledzonego tak długo, jak zaniezbędne uznają lekarze.

E-H

Na Czytelników czekamy w redakcji „Głosu Pomorza” w Słupsku przy ul. Henryka Pobożnego 19 tel. 59 848 8100

Bogumiła Rączkowska



KALENDARIUM

8 sierpnia

1655

IV wojna polsko-rosyjska: wojska rosyjskie zajęły Wilno, które po raz pierwszy w historii dostało się pod obce panowanie. Rzeź mieszkańców trwała 3, a pożar miasta przez 17 dni.

1944

8. dzień powstania warszawskiego: radiostacja Armii Krajowej Błyskawica nadana została pierwsza audycja.

1945

Podpisano porozumienie londyńskie powołujące Międzynarodowy Trybunał Wojskowy w Norimberdze.

1945

ZSRR wypowiedział wojnę Japonii (operacja kwantuńska)

1963

W Wielkiej Brytanii doszło do tzw. napadu stulecia. Z pociągu pocztowego zrabowano łącznie 2600 000 funtów.

1974

Wskutek afery Watergate prezydent USA Richard Nixon ogłosił swoje ustąpienie ze stanowiska z dniem 9 sierpnia.

TWITTER

Janusz Piechociński. PSL

2000 zł - tyle będzie kosztowała wykładnia dyrektora Krajowej Informacji Skarbowej. Jeżeli uzna, że sprawa, z którą zgłasza się podatnik, jest skomplikowana.

Leszek Balcerowicz, ekonomista

Z każdego biedniejszego kraju, który ma otwarte granice, część ludzi emigruje do krajów bogatszych.

Tak robili np. Szwedzi wyjeżdżając ponad 100 lat temu do USA. Itak robi część Polaków po 1989 r. Jedyny sposób, by ludzie nie wyjeżdżali, to doganianie bogatszych, a nie zamykanie granic.

WALUTY 07.08.18

USD	3.6722 (-)
EUR	4.2554 (-)
CHF	3.6896 (-)
GBP	4.7624 (-)

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego
(-) spadek cen w stosunku do notowania poprzedniego

Właścicielom i Pracownikom
Zakładu Pogrzebowego Hermes z Łęborka
za pomoc i profesjonalną organizację ceremonii pogrzebowej

Śp
Wacława Pietruszewicza
serdeczne podziękowania
składa Rodzina

REKLAMA

006786794

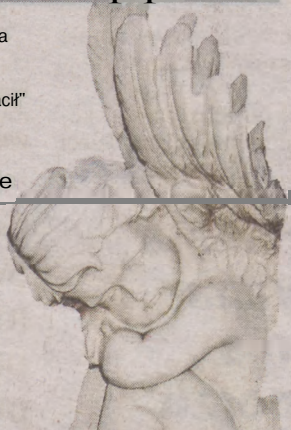
GŁOS
POMORZA

NEKROLOGI

pipiui—n

„Umarłych wieczność dotąd trwa
Dokąd pamięcią im się płaci
Chwiejna waluta. Nie ma dnia
By ktoś wieczności swej nie stracił”

Zamieść nekrolog, kondolencje
lub wspomnienia o najbliż-
szych, którzy odeszli,
w Głosie Pomorza
i bezterminowo na stronie
www.nekrologi.net



ZDJĘCIE DNIA



Od dwóch tygodni nikt nie interesuje się dziurą i rozsypanym włazem studzienki w chodniku przy przejściu dla pieszych na ul. Jana Pawła II w Słupsku. Do czasu, aż nikt w nią nie wpadnie. Być może podzieli los studzienki z ul. Szczecińskiej, która przez kilka tygodni przykryta była drzwiami

Kierowca śmieciarki oskarżony o spowodowanie katastrofy

Bogumiła
Rzeczkwiska
bogumila.rzeczkwiska@gp24.pl



Prokuratura

Do Sądu Rejonowego w Człuchowie trafił akt oskarżenia przeciwko Sławomirowi Sz., który śmieciarką wjechał pod szynobus. Kierowca przyznał się do zarzutu i chce dobrowolnie poddać się karze.

- Prokuratura Okręgowa w Słupsku w sprawie dotyczącej zderzenia szynobusu ze śmieciarką w Nowym Gronowie koło Człuchowa skierowała do Sądu Rejonowego w Człuchowie akt oskarżenia przeciwko Sławomirowi Sz., kierowcy śmieciarki, z zarzutem nieumyślnego spowodowania katastrofy w ruchu lądowym - informuje Paweł Wnuk, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Słupsku.

Do zdarzenia doszło 23 października 2017 roku naniestrze-



Do katastrofy w ruchu lądowym doszło w październiku ubiegłego roku w nowym Gronowie koło Człuchowa

żonym, ale oznakowanym przejeździe kolejowym. Śmieciarka wjechała pod szynobus

relacji Piła - Chojnice. W wyniku zderzenia lekkich oraz średnich obrażeń ciała doznało

łącznie 16 pokrzywdzonych. Kierowca śmieciarki był trzeźwy.

-Przesłuchany w charakterze podejrzanego Sławomir Sz. przyznał się do popełnienia za-

rzucanego mu przestępstwa oraz złożył wyjaśnienia w zasadzie zbieżne z ustalonym w sprawiestanem faktycznym - mówi prokurator. - Z podejrzanym zostały ustalone warunki jego dobrowolnego poddania się karze z propozycją wymiaru: kary jednego roku pozbawienia wolności z warunkowym zawieszeniem jej wykonania na okres próby dwóch lat, zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych w ruchu lądowym na okres jednego roku oraz nawiązek na rzecz pokrzywdzonych w kwotach od 1000 do 2000 złotych.

Podejrzany wcześniej nie był karany sądowo. W tej sprawie nie zastosowano wobec niego żadnych środków zapobiegawczych.

Za przestępstwo nieumyślnego spowodowania katastrofy w ruchu lądowym Sławomir Sz. grozi kara pozbawienia wolności od trzech miesięcy do pięciu lat.

©

REKLAMA

008524094

Spółka Akcyjna „Plast-Box” w Słupsku,
notowana na Giełdzie Papierów Wartościowych w Warszawie,
poszukuje kandydatek/kandydatów do pracy w magazynie na stanowisku:

PRACOWNIK MAGAZYNOWY

Miejsce pracy: SŁUPSK

ZADANIA NA STANOWISKU:

- zwożenie wyrobów gotowych
- rozmieszczanie wyrobów gotowych w Magazynach i Placu Magazynowym
- rozładunek tworzyw, barwników i materiałów opakowaniowych
- uczestnictwo w załadunku wyrobów gotowych dla klientów
- wydawanie (przewożenie) surowców
- dbałość o stan techniczny maszyn

OCZEKIWANIA WOBEC KANDYDATEK/ KANDYDATÓW:

- doświadczenie w pracy w magazynie lub do przyuczenia
- uprawnienia na wózki jezdniowe z bezpieczną wymianą butli gazowych
- preferowane doświadczenie na podobnym stanowisku w firmie produkcyjnej
- gotowość prac w systemie zmianowym

FIRMA OFERUJE:

- zatrudnienie na podstawie umowy 0 pracę
- specjalistyczne szkolenia zewnętrzne i wewnętrzne
- możliwość stałego rozwoju i podnoszenia kwalifikacji
- atrakcyjny system premiowy
- przyjazną atmosferę i dobre warunki pracy

Zainteresowane osoby prosimy o przesyłanie dokumentów (CV, list motywacyjny) na adres korespondencyjny:

„Plast-Box S.A. Dział Kadr,
76-200 Słupsk, ul. Lutosławskiego 17 A
lub e-mailem na adres:
kadry@plast-box.com

Zastrzegamy sobie prawo do skontaktowania się jedynie z wybranymi kandydatami. Nadesłanych aplikacji nie zwracamy. Prosimy o dołączenie poniższej klauzuli w dokumentach aplikacyjnych z czytelnym podpisem. Zgłoszenia bez powyższej klauzuli nie będą rozpatrywane.

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych pozyskanych w procesie rekrutacji na stanowisko: pracownik magazynowy, ogłoszonym 07.08.2018 r. prowadzonym przez firmę Przetwórstwo Tworzyw Sztucznych Plast-Box S.A. w Słupsku. Jednocześnie oświadczam, że zostałam(em) poinformowana(y) o przysługującym mi prawie dostępu do treści moich danych osobowych oraz ich poprawiania, wycofania zgody na ich przetwarzanie w każdym czasie, jak również, że podanie danych było dobrowolne.

Podpis



Słono zapłaciła za posiłek w Ustce. Rybka przestała smakować

Marcin Wójcik
marcin.wojcik@gp24.pl



Ustka

Turystka, która udała się na posiłek do jednej z usteckich restauracji, poskarżyła się na jakość obsługi. Za porcję turbotu dla dwóch osób zapłaciła ponad 170 zł.

Mowa o jednym z barów w Ustce znajdującym się nieopodal promenady. Jak twierdzi oburzona konsumentka, posiłek był niskiej jakości, a cena astronomiczna.

- Jedzenie było ohydne, a ceny kosmiczne. Zamówiłam kawałek świeżego turbotu. Otrzymałam zlepek pięciu kawałków otoczonych w kilogramowej panierce mącznej. Ryba w smaku wydawała się być odmrażana. Podczas reklamacji szef kuchni oświadczył, że takie mają porcje i nie uwzględnił moich roszczeń - skarży się oburzona klientka. Zamówienie dotyczyło porcji dla dwóch osób. Za obie ryby naliczono 56,70 zł i 66,15. Wartość obu porcji warzyw przekroczyła zaś 20 zł.

Temat szybko podjęły media, a na forach internetowych zawrzało. Okazało się, że klien-



Turystka skarżyła się na jakość obsługi w jednej z usteckich restauracji. Zdaniem kobiety, posiłek był źle przygotowany, niesmaczny i do tego drogi. Za porcję turbotu dla dwóch osób z bukietem surówek zapłaciła ponad 170 zł

tów, którzy znaleźli się w podobnej sytuacji, jest więcej. Internauci opisywali swoje przypadki, w których płacili podobne kwoty za posiłki nabyte w tym miejscu.

- Byłam wraz z chłopakiem na obiedzie. Zamówiliśmy 2x dorsza z frytkami i surówkami.

Nawalili nam zepsutych, śmierdzących surówek na wierzchu mieliśmy „arcydzieła” powstałe z ogórka i pomidora, tylko po to, aby nabić wagę. Rachunek wyniósł nas 173,25 zł - pisze jeden z użytkowników portalu gowork.pl. Skontaktowaliśmy się w tej sprawie z właścicielem

usteckiego baru, w którym kobieta spożywała posiłek.

- Wszystko zostało zrealizowane zgodnie z przyjętym zamówieniem. Dopiero gdy przyszedł moment zapłaty, klientka oburzyła się zażądając reklamacji. Cennik jest umieszczony w widocznym miejscu, wszyst-

kie informacje są podawane w jasny i czytelny sposób. Wraz z wątpliwościami przed złożeniem zamówienia zawsze można pytać obsługę. Nie mamy nic do ukrycia - mówi mężczyzna.

Pytania związane z taktykami cenowymi właścicieli

nadmorskich restauracji skierowaliśmy do Wojewódzkiego Inspektoratu Inspekcji Handlowej w Gdańsku.

- Problematykę ustalania cen reguluje Ustawa o regulacji cen towarów i usług z 2004 roku. W myśl tej ustawy cenniki i menu muszą znajdować się w miejscach łatwo dostępnych dla konsumenta. Z kolei wysokość cen ustala właściciel restauracji. Informacje na temat dań muszą być przede wszystkim aktualne, zawierać szczegółową specyfikację i jasno podaną cenę - mówi Waldemar Kołodziejczyk, rzecznik prasowy WIH w Gdańsku. Ponadto, jak zaznacza Kołodziejczyk, odpowiedzialność leży także po stronie konsumenta. Zawsze przed posiłkiem trzeba ocenić czystość lokalu, zapoznać się z treścią cennika i menu. Trzeba też zdawać sobie sprawę, że złożenie zamówienia jest zawarciem umowy na wykonanie usługi, dlatego ta decyzja musi być przemyślana. Wszelkie zmiany muszą być ustalone z obsługą, żeby nie dochodziło do nieporozumień. Jeśli dojdzie do jakichś nieprawidłowości, klient ma prawo do złożenia reklamacji. Gdy dojdzie do zatrucia, należy poinformować sanepid. W przypadku roszczeń konsumentów pomóc może także Inspekcja Handlowa. ©®

##£ hjl. iw t

FOT. CYFELNICKA

Bakteria albo wirus

Ślupsk

Alek Radomski
aleksander.radomski@gp24.pl

Salmonella, Escherichia, adeno- i rotawirusy. To tylko część winowajców możliwych zatruć z listy, którą weryfikować będzie ślupski sanepid. Stacja sprawdzi też, kto był organizatorem kolonii.

- To ja dzwoniłam po karetkę - mówi mama 15-letniej Wiktorii, która na kolonię do Poddąbia przyjechała ze Śląska. Kobieta w sprawie zatrucia w ośrodku skontaktowała się z naszą redakcją. - Najpierw córka zatelefonowała i powiedziała, że dzieci wymiotują. Później mówiła, że wychowawczyni też jest chora. Wybrałam numer 112 i przez Śląsk połączono mnie ze Ślupskiem. Wcześniej opiekunowie zapewniali mnie, że dzieci czują



Co było przyczyną zatrucia w ośrodku w Poddąbiu, ustala ślupska stacja sanepidu

się niedobrze, bo zjadły ogórki. Na szczęście w pokoju jej córki nikt nie zachorował. Wewtorek rano autobusem wraca do domu razem z innymi dziećmi.

Włodzimierz Sławny, dyrektor Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, informuje, że pierwsze objawy zatrucia pojawiły się już w niedzielę u jednego z dzieci, trafiło

ono na pomoc doraźną w Ustce. Stacja w Ślupsku taką wiadomość otrzymała od pielęgniarki z ośrodka na telefon alarmowy. W poniedziałek pod ten sam numer spłynęła kolejna informacja. Tym razem o większej liczbie przypadków.

Powiatowy inspektor sanitarny w Ślupsku nie wyklucza żadnej z możliwych opcji. Jak nas zapewniono, pod uwagę bierze się salmonellę, gronkowca, Escherichia, adeno- lub rotawirusy. W grę wchodzi więc tak samo zatrucie wirusowe, jak i bakteryjne.

Co było przyczyną wymiotów, biegunkę i gorączki u dzieci, wyjaśnić ma dochodzenie epidemiologiczne. Pracownicy stacji mają też sprawdzić, kto był organizatorem poszczególnych kolonii, których liczba wczoraj wynosiła sześć lub siedem i ok. 380 kolonistów.

008524048

Wszystkim, którzy uczestniczyli
w ostatniej drodze
Śtp
Wacława Pietrusewicza
serdeczne podziękowania składa
Rodzina

008522976

008521781

Stanisławowi Turczykowi
i jego Najbliższym
wyrazy najgłębszego współczucia z powodu śmierci
Urszuli
Żony, Matki, Babcie
składają **Ewa i Leszek Federowie**

008521781

008521781

Wyrazy głębokiego współczucia
Małgorzacie i Sylwestrowi Borkowski
z powodu śmierci Mamy i Teściowej
śtp Urszuli Turczyk
składają
Współwłaściciel i Pracownicy Hurtowni Budżel w Ślupsku

Zebrali 5 min zł na operację dla Dawidka

Mirela Mazurkiewicz
mmazurkiewicz@nto.pl
7/4432599



Sukces

To jedna z największych zbiorów na leczenie, jakie dotąd były prowadzone w Polsce. Dzięki hojności tysięcy ludzi 2,5-latek przejdzie operację w Stanach Zjednoczonych.

Historia chłopca, który potrzebuje gigantycznej sumy, by przeżyć, poruszyła wielu. Zbiórkę, prowadzoną za pomocą portalu siepomaga.pl, wsparło blisko 200 tys. osób. Ichoć wczoraj o poranku udało się zebrać całą potrzebną kwotę, pieniądze nadal napływają!

- Nie mogę uwierzyć, że to dzieje się naprawdę - mówi wzruszona Elżbieta Popardowska, mama 2,5-latka z Opola. - Dawidek czuje, że dzieje się coś niesamowitego. Gdy zbiórka dobiegała końca, do późna nie mógł zasnąć. Udzieliły mi się nasze emocje.

Rodzice malca długo czekali na ten moment. Przed miesiącem, gdy do zebrania zostało prawie 4 miliony złotych, mieli sporo wątpliwości, czy uda się wygrać wyścig z czasem. Dziś odetchnęli z ulgą. I bardzo dzię-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Serduszek Dawidka jest słabe. W trakcie upałów chłopiec nie ma siły na zabawę, siania się na nóżkach. Rodzice wierzą, że dzięki operacji wkrótce będzie to jedynie przykre wspomnienie

kuja wszystkim tym, którzy poprzez wpłatę dali chłopcu nadzieję na normalne życie.

Dawid Drapacz urodził się ze skomplikowaną wadą serca i płuc. Na tyle skomplikowaną, że w Europie żaden z lekarzy nie podjął się jej zoperowania. Nadzieja pojawiła się w Stanach Zjednoczonych, ale barierą były gigantyczne koszty - za operację rodzina musi zapłacić ponad 5 milionów złotych. Lekarz ze Stanford, który podejmie się jej przeprowadzenia, uważa, że jest szansa całkowitego naprawienia wady, dzięki czemu Dawidek bę-

dzie mógł żyć jak jego rówieśnicy.

Aby lekarze z USA wyznaczili termin operacji, rodzice musieli zebrać ponad połowę 5-milionowej sumy. Udało się to w ubiegłym tygodniu. - Pisząc do szpitala mejla z prośbą o termin, nawet nie śniłam, że za tydzień będziemy mieć już całą kwotę - mówi Elżbieta Popardowska. - Czas grał na naszą niekorzyść, ponieważ we wrześniu zmienia się polityka szpitala i istniało ryzyko, że za operację będziemy musieli zapłacić jeszcze więcej.

Termin nie został jeszcze wyznaczony, ale rodzina spodziewa się, że operacja odbędzie się za kilka miesięcy. Przed nimi sporo formalności, m.in. załatwienie wiz.

- Sama operacja potrwa pewnie kilkanaście godzin. Na myśl o niej bardzo się denerwuję. Modłę się kolejny cud - przyznaje mama Dawidka. - Wiem, że jesteśmy w najlepszych rękach, ale taki zabieg to zawsze jest ryzyko...

Prof. Hanley, który ma naprawić serduszek małego opolanina, pomógł już dwójce dzieci z Polski, dlatego rodzice tak wielkie nadzieje pokładają w tej operacji. - Marzę o tym, że za rok pojedziemy nad morze, które Dawidek tak bardzo lubi i w końcu będziemy mogli zacząć żyć normalnie - wzdycha Elżbieta Popardowska.

Na Facebooku działa grupa Licytacje - pomoc dla Dawidka Drapacza. Dochód z wylicytowanych fantów oraz atrakcji (w puli był m.in. lot szybowcem) zasila konto chłopca. Po tym, jak udało się zebrać kwotę potrzebną na sfinansowanie operacji, licytacje trwają nadal. Organizatorzy zdecydowali, że nadwyżka zostanie przeznaczona na opłacenie leków, rehabilitacji pooperacyjnej oraz konsultacji medycznych. Licytacje trwają do 30 sierpnia.

©®

Jak Francuzi kuszą lekarzy na prowincji

Paryż

Kazimierz Sikorski
redakcja@polskatimes.pl

Każdy sposób jest dobry, by pozyskać lekarza. A ponieważ tych na francuskiej prowincji brakuje, używa się niekonwencjonalnych metod.

I tak jeden z burmistrzów zaoferował chętnym mieszkanie ze wspaniałym widokiem, jacht i co miesiąc posiłek w restauracji. I to nie było jakieś, bo mogącej się pochwalić słynnymi gwiazdkami Michelin. Wystarczy tylko przyjechać do Normandii.

Z taką właśnie ofertą wystąpił Pierre Gehanne, burmistrz miejscowości Bameville-Carteret w Normandii, który od dłuższego czasu był ostronaciśkany, by wreszcie zrobić coś

z lekarzami, których tam jak na lekarstwo.

Bameville-Carteret znalazło się w szczególnym położeniu po tym, jak niedawno pięciu doświadczonych medyków przeszło na emeryturę. Gehanne porozwieszał nawet ogromne ogłoszenia na trasie do miasta, w których zachęcał lekarzy do podjęcia pracy. Odzewu jednak żadnego nie było.

Dlatego postanowił zadziałać nieszablono i wymyślił, jak sądzi, zachęcający pałdet, który w końcu ściągnie do miasta medyków. Gotów jest udostępnić chętnym nawet swój własny jacht, by załatać lekar-ską „dziurę”. Zapewnia też stolik co miesiąc lub nawet dwa razy w miesiącu w znanej restauracji La Marine, gdzie za obiad trzeba zapłacić nieco ponad 90 euro.

Sprzedawali dziecko

Berlin

Kazimierz Sikorski
redakcja@polskatimes

Sąd w niemieckim Fryburgu skazał 48-letnią Berrin Tahę oraz 39-letniego Christiana Laisa, obywateli niemieckich, na kary po 12 lat więzienia za to, że wykorzystywali, a potem oferowali w internecie swoje dziecko pedofilom.

Policjanci prowadzący dochodzenie w tej sprawie zgodnie mówili, że w swojej praktyce

nie spotkali się z takim zwyrodnieniem i okrucieństwem wobec dziecka. Oprawcy za usługi seksualne płacili im po około sto euro. Taha i Lais mieszkali w miejscowości Staufen niedaleko Fryburga.

Biznes odbywał się w tak zwanym czarnym internecie, który pozostaje poza zasięgiem tradycyjnych środków przeszukiwania. Dramat chłopca, który ma dziś dziewięć lat, trwał dwa lata. Był on wykorzystywany seksualnie przez rodziców, a potem „sprzedawany” pedofilom.

Bestie z Wołynia

Zbrodnie ukraińskich nacjonalistów na Wołyniu do dziś przerażają swoim okrucieństwem.

Piękna Lola Montez

Kobieta, za którą szalały elity XIX-wiecznej Europy.

MASZ
HISTORIA
WWW.NASZAHISTORIA.PL

NOWY NUMER JUŻ W SPRZEDAŻY

100 stron!
7,90 zł



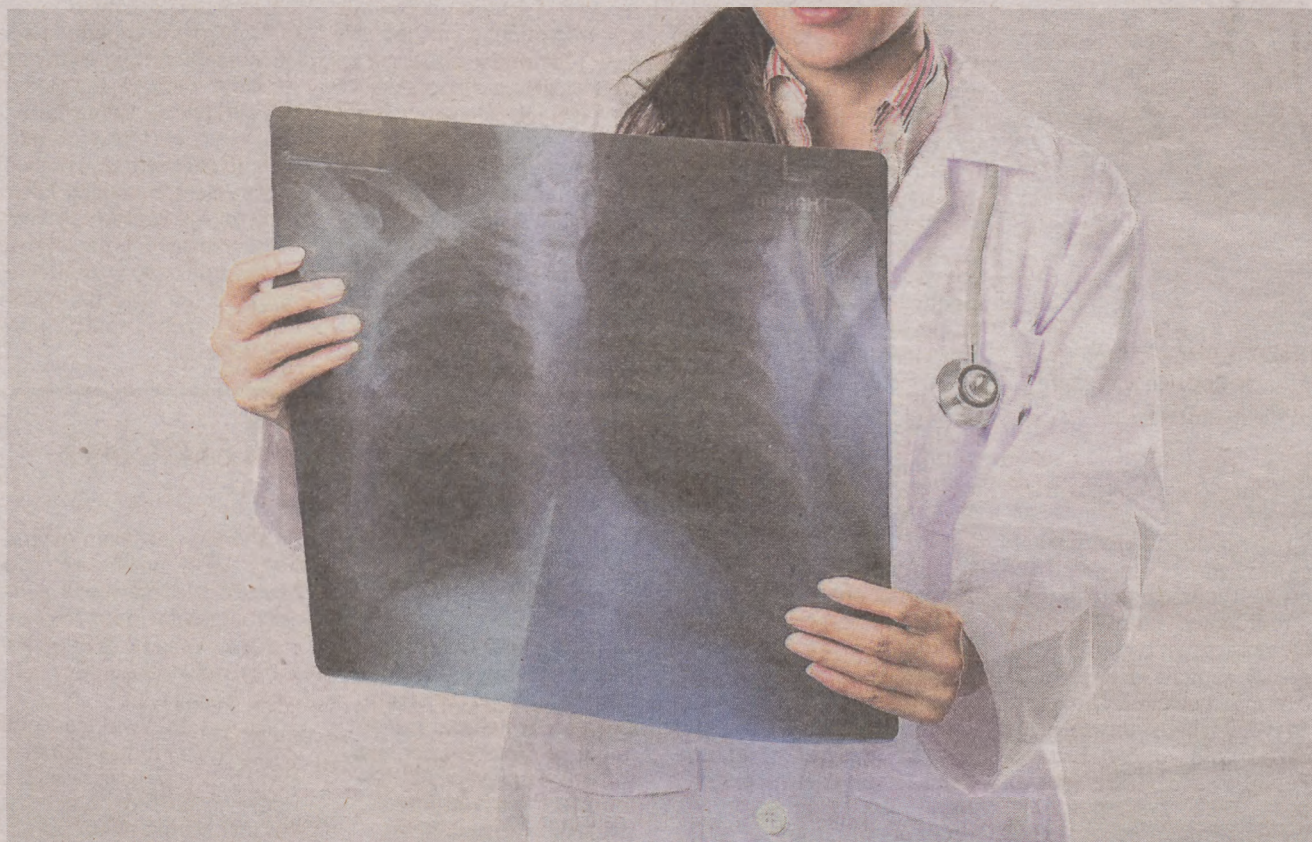
018439460

Najczęstsze pytania o kurację z NFZ

Pacjenci pytają o wyjazd do sanatorium. NFZ odpowiada



FOT. 123RF



FOT. 123RF

Do skierowania na kurację sanatoryjną trzeba dołączyć prześwietlenie klatki piersiowej

Jak wyjechać do sanatorium

Osoby zainteresowane wyjazdem na kurację sanatoryjną z dofinansowaniem Narodowego Funduszu Zdrowia nurtują różne pytania. Przeczytaj – może znajdziesz wyjaśnienie swoich wątpliwości.

Ważność skierowania

Jak długo jest ważne poszpitalne skierowanie na leczenie uzdrowiskowe? Ile mamy czasu na przesłanie go do NFZ od wystawienia?

Nie ma wyznaczonych dat ważności skierowania poszpitalnego ani czasu przysłania skierowania do NFZ.

Wysokie OB

Czy wysoki wskaźnik OB dyskwalifikuje mnie do przyznania mi wyjazdu do sanatorium? Choruję na przewlekłą astmę i z tego powodu posiadam podwyższone OB. Lekarz twierdzi, że mój wniosek zostanie odrzucony. A ja chciałabym podreperować swoje zdrowie, gdyż mam

kilka innych schorzeń związanych z kręgosłupem.

Wszystkie decyzje związane z konsultacją medyczną dotyczącą skierowania na leczenie uzdrowiskowe podejmuje lekarz konsultant zatrudniony w oddziale wojewódzkim NFZ na podstawie dostarczonej dokumentacji medycznej, wywiadu umieszczonego w skierowaniu i wyników badań pacjenta. Każda konsultacja dotyczy indywidualnie konkretnego przypadku.

Tętniak a sanatorium

Proszę o rozstrzygnięcie następującej kwestii: mam tętniaka przegrody międzyprzedsionkowej z przeciekiem nieistotnym homodynamicznie. EKG jest w porządku. Lekarz POZ nie chce wystawić mi skierowania do sanatorium. Nadmieniam, że ze skierowaniami w poprzednich latach nie byłoby problemu. Lekarz balneolog dobiegał mi zabiegów na moje podstawowe schorzenie (choroba zwyrodnieniowa krę-

gosłupa). uwzględniając dysfunkcję serca. Rzecz tym bardziej zastanawiająca, że do operacyjnego leczenia kręgosłupa nie było przeciwwskazań kardiologa, a do rehabilitacji w sanatorium – jest. Czy lekarz podstawowej opieki zdrowotnej może w tym przypadku odmówić wypisania skierowania?

Decyzję o wystawieniu skierowania na leczenie uzdrowiskowe podejmuje lekarz prowadzący, znając stan zdrowia pacjenta i biorąc pod uwagę brak przeciwwskazań do tej formy leczenia.

Sanatorium

dla 14-miesięcznego dziecka Jestem mamą 14-miesięcznego dziecka chorego na neuroblastomę, poleceniu onkologicznym. Czy mogłabym ubiegać się o skierowanie do sanatorium/uzdrowiska razem z dzieckiem? Czy mogę liczyć na pokój z dzieckiem? Czy będę musiała pokryć część kosztów takiego wyjazdu? Ile trwa taki wyjazd? Czy długo będę oczekiwać



FOT. 123RF

Na leczenie uzdrowiskowe są kierowani pacjenci od 3. roku życia

WARTO WIEDZIEĆ

JAK CZĘSTO MOŻNA KORZYSTAĆ Z LECZENIA AMBULATORYJNEGO W UZDROWISKU?

W przypadku osób dorosłych zalecane jest korzystanie z ambulatoryjnego i sanatoryjnego leczenia uzdrowiskowego oraz rehabilitacji w sanatorium uzdrowiskowym nie częściej niż raz na 18 miesięcy. Powyższe zalecenie jest oparte na badaniach klinicznych prowadzonych w dziedzinie balneologii, które potwierdziły, iż w większości przypadków efekty bodźcowego leczenia uzdrowiskowego utrzymują się przez okres 18 miesięcy (rozporządzenie ministra zdrowia z dnia 7 lipca 2011 r. w sprawie kierowania na leczenie uzdrowiskowe).

na wyjazd – szybki termin jest priorytetem.

Leczenie uzdrowiskowe może być realizowane dla pacjentów od 3. roku życia. Wówczas może odbyć się leczenie w zakresie leczenia sanatoryjnego dzieci od 3. do 6. roku życia pod opieką osoby dorosłej. W tym przypadku 14-miesięczne dziecko nie może odbyć leczenia uzdrowiskowego w ramach świadczeń refundowanych przez NFZ.

Zwrot wniosku do sanatorium

Jak sprawdzam status wniosku do sanatorium, widzę informację „SKIEROWANIE ZWRÓCONE DO LEKARZA KIERUJĄCEGO W CELU WERYFIKACJI/AKTUALIZACJI DANYCH MEDYCZNYCH Z POWODU BRAKU MOŻLIWOŚCI JEGO POTWIERDZENIA W OKRESIE 18 M-CY OD DNIA JEGO WYSTAWIENIA”. Czy to oznacza, że jestem wykreślona z listy i będę od początku w kolejce, czy jestem nadal na liście, tylko trzeba potwierdzić dane medyczne?

Istotnie, skierowanie po wpływie do Funduszu zostaje zarejestrowane w systemie komputerowym i otrzymuje indywidualny numer rejestru. W oddziale Funduszu skierowanie ocenia lekarz specjalista, który może poprosić lekarza kierującego na leczenie uzdrowiskowe o dodatkowe badania lub konsultacje, np. konsultację kardiologiczną. Skierowanie, które zawiera braki formalne, zwracane jest lekarzowi, który je wystawił w celu uzupełnienia. Jeżeli złożone do oddziału Funduszu skierowanie w okresie 18 miesięcy, licząc od dnia jego wystawienia, nie zostanie zrealizowane, Narodowy Fundusz Zdrowia odsyła skierowanie do lekarza, który je wystawił celem weryfikacji (aktualizacji). Lekarz w ciągu 30 dni dokonuje weryfikacji skierowania i w przypadku pozytywnej weryfikacji odsyła je do NFZ. Pacjenci ze skierowaniami po weryfikacji wyjeżdżają w pierwszym wolnym terminie, o ile ich skierowania zostaną pozytywnie zaopiniowane przez lekarza NFZ.

RTG klatki piersiowej

Do skierowania do sanatorium wymagane jest prześwietlenie klatki piersiowej. Czy koszt badania refundowany jest przez Narodowy Fundusz Zdrowia, czy wnioskujący płaci sam za to badanie?

Zarówno koszt RTG, jak i pozostałych badań koniecznych do wniosku sanatoryjnego pokrywa lekarz, który zleca badania i wypisuje wniosek. Pacjent nie płaci za badania! Żądanie opłaty za badanie jest niezgodne z prawem.

Święta – przesunięcie terminu

Czy w przypadku przyznania skierowania wyjazdu do sanatorium w okresie świąt mogę przesunąć termin wyjazdu oraz jakie będą konsekwencje mojej prośby o przesunięcie tego terminu?

Prośba o przesunięcie terminu, jeśli jedynym powodem są święta, będzie potraktowana jako rezygnacja z wyjazdu.

Patrycja Wacławska (opr.)



W szczerą rozmowę z jednym z byłych właścicieli największej sieci aptek – Włodzimierzem Kucem.

Od 3 lat amerykański rynek oferuje nam preparat mogący przynieść takie same rezultaty, jak zabieg operacyjny usunięcia przerostowej tkanki czy rozszerzenia cewki moczowej bez ingerencji chirurga.

Prof. Howard, twórca i ceniony amerykański urolog: Dzięki trudno dostępnym naturalnym składnikom, możliwe jest opóźnienie podziału telomerów. W związku z tym, naturalny proces starzenia się układu moczowego może przebiegać nawet 8x wolniej. Inwazyjne zabiegi, bolesne zastrzyki oraz inne kosztowne, ryzykowne i niepewne metody, które dają jedynie chwilowe efekty, mogą nareszcie okazać się zbędne. Dzięki preparatowi organizm stopniowo wraca do formy, pracując na max. obrotach, mogąc nawet całkowicie zlikwidować problemy związane z naszą prostatą. Ogromną zaletą biostymulacyjnego preparatu jest jego nowatorska formuła. Dzięki wysokiej wchłaniania, może zrehabilitować układ moczowy już na poziomie wewnątrztkankowym. Regularne stosowanie preparatu pozwala na:

po30-45 tab.

— złagodzenie niebezpiecznych stanów zapalnych oraz obrzęków zwiększenie samokontroli nad własnym pęcherzem oraz pozbycie się lęku przed problemem nietrzymania moczu

45-60 tabletek

/ rozluźnienie światła cewki moczowej o 35-40% względem stanu początkowego y swobodne oddawanie moczu bez konieczności czekania na spłynięcie uryny y pozbycie się bólu podczas jej wydalania y aż 4-krotnie zmniejszenie częstotliwości oddawania moczu y znaczne zmniejszenie ilości nocnych wizyt w toalecie

60+ tabletek

y wyzwolenie w komórkach macierzystych procesów samoregeneracji przerostowej tkanki, zmniejszając rozmiar gruczołu krokowego nawet 3/4 – krotnie w stosunku do stanu wyjściowego, za sprawą silnie działających, wyłącznie naturalnych składników aktywnych preparatu y umożliwienie zablokowania mechanizmów prowadzących do ponownego rozrostu prostaty

...Niestety, biostymulacyjny preparat prof. Howarda nie był do tej pory dostępny w Polsce. Nawet pomimo faktu, że pomyślnie przeszedł on przez amerykańskie badania kliniczne w Medical Boyle Millners otrzymując wszystkie niezbędne certyfikaty.

> Dlaczego tak się stało?

~ Zapytaliśmy jednego z byłych właścicieli dużej sieci berlińskich aptek – Włodzimierza Kuca.

W jaki sposób skomentuje Pan fakt, że produkt, który jest ceniony i znany na całym świecie, dotąd nie był dostępny w Polsce? Wiedział Pan o tym?

Aptekarze pod wrażeniem szybkości i skuteczności działania tej wcześniej niedostępnej tabletki na problemy z prostatą i erekcją!

Wstajesz w nocy; by oddawać kilka kropel moczu? Jego strumień jest mały i przerywany a podczas jego wydalania towarzyszy Ci ból i uczucie nie w pełni opróżnionego pęcherza? Masz problemy z erekcją? Jeśli tak, jest to wyraźny sygnał, że najprawdopodobniej cierpisz na przerost gruczołu krokowego. Niestety, ale bagatelizowanie tego problemu doprowadziło do śmierci nie jednego mężczyzny.

Dowiedziałem się o tym dopiero wtedy, gdy mój ojciec zachorował na przerost prostaty. Biostymulant Howarda to dzisiaj nie tylko rynek niemiecki, szwedzki czy brytyjski. W końcu mówimy o produkcie, który wywodzi się z rynku amerykańskiego i to tam odnosił swoje pierwsze, ogromne sukcesy. Już blisko trzy lata temu potwierdzono klinicznie, że preparat nie tylko może całkowicie zlikwidować wszelkie problemy z prostatą, ale także pozytywnie wpłynąć na mechanizm erekcji, który często z powodu przerostowego gruczołu nie funkcjonuje prawidłowo... Stąd nic dziwnego, że cieszy się takim uznaniem na całym świecie. Biostymulant Howarda w ekspresowym tempie przyczynia się do eliminowania wszelkich dolegliwości związanych z choroą prostatą i innymi dysfunkcjami układu moczowego. To było niesamowite, gdy każdego dnia obserwowałem jak Niemcy zostawiali w moich aptekach setki euro, by tylko móc mieć ten preparat. Jakby bali się, że może go dla nich zabraknąć! Aż tu nagle...

Mój ojciec mieszkający w Polsce zadzwonił do mnie z informacją, że nigdzie nie może dostać tego preparatu. Myślałem, że żartuje! Co gorsza, okazało się, że to nie był jednorazowy brak w asortymencie... Jego nie sprzedawano w Polsce w ogóle! Gdy usłyszałem o tym pierwszy raz, to nie ukrywam, że byłem nieco zdziwiony. Nie wnikając jednak w szczegóły, następnego dnia wysłałem mu ten preparat z Niemiec. Od tego momentu minęło już blisko 60 dni, a ojciec jako kolejny żywy dowód, potwierdził jego skuteczność.

Wcześniej było trudności z oddawaniem moczu, ciągłym parciem na cewkę czy nocnym wstawianiem, dziś nie stanowią dla niego praktycznie żadnego problemu – choć ma już prawie 80 lat!

Dlaczego więc w Polsce ten preparat był niedostępny?

Zazwyczaj w podobnych sytuacjach problemem okazują się pieniądze, czyli to, o co najczęściej chodzi we wszystkich polskich biznesach. Niestety, ale sprowadzenie ciężko dostępnego składników z wysokim kosztem substancji aktywnych, wiąże się z ogromnymi kosztami. To głównie na nich oparte jest działanie preparatu, a to z kolei sprawia, że na jego sprzedaż mogły pozwolić sobie jedynie najbogatsze kraje.

Niestety, dla wielu mniej zamożnych krajów, w tym Polski, sprowadzenie tego środka jak dotąd było po prostu zdecydowanie zbyt kosztowne.

Była to jednocześnie ogromna szansa dla przedsiębiorców. W końcu, gdy czegoś na rynku jest mało, a konsumenci bardzo tego potrzebują, zwyczajowo cena tego mocno szybuje w górę... Gdyby nie ogromne koszty produkcji, pewnie byłby to doskonały pomysł, by zarobić na nim krocie!

Chcąc dowiedzieć się jeszcze więcej, poprosiliśmy Jeff'a Millnera, właściciela ośrodka, który badał i certyfikował preparat prof. Howarda o komentarz na temat tego biostymulanta:

Co może Pan powiedzieć na temat konkretnie tego preparatu?

Pod koniec 2014 roku na międzynarodowej konferencji medycznej, naukowcy z całego świata zaprezentowali bezoperacyjny produkt wpływający na procesy przywracające wielkość prostaty do normy – biostymulant Howarda. Postanowiliśmy osobiście go przetestować w moim ośrodku medycznym w Pensylwanii. Wybraliśmy ponad 600 wolontariuszy w wieku między 40, a 90 rokiem życia, mających lekarsko stwierdzone różne stadium przerostu prostaty i inne dysfunkcje układu moczowego (patrz ramka przed i po).

Wyniki przeprowadzonych testów nie pozostawiają złudzeń. **Aż u 94% badanych uporczywie parcie na cewkę moczową zmniejszyło się 5-krotnie**, w porównaniu z okresem przed rozpoczęciem kuracji. **Ponadto 96% z nich zadeklarowało ograniczenie nocnych wizyt w toalecie o połowę**, by po ukończeniu całości kuracji, pozbyć się ich niemal całkowicie. Ale to nie wszystko! Mężczyźni między 45, a 90 rokiem życia, zapytani o dysfunkcje cewki moczowej objawiające się niepełnym, bądź przerywanym strumieniem uryny, bólem podczas oddawania moczu czy skutkiem ubocznym w postaci niepełnych erekcji, jednoznacznie przyznali – ten problem dziś już po prostu ich nie dotyczy! Co więcej, układy moczowe Panów pod względem kondycji, cofnęły się w czasie jak wtedy, gdy mieli 30-35 lat. **Mówiąc prościej, po zażyciu tego preparatu mężczyźni mogą zapomnieć czym są problemy z prostatą.**

Jako jedni z pierwszych, 0 efektach działania tego suplementu diety przekonał się Panowie Krzysztof i Ryszard, (patrz ramki)



„Nocowałem w toalecie”

Kolacje starałem się jeść o 19, wypijając przy tym szklankę herbaty, a pomimo tego byłem zmuszony budzić się w nocy nawet 2x, by oddać moc. Minęło 30 dni z biostymulacyjnymi tab. Parcie na cewkę się zmniejszyło. W toalecie za dnia jestem coraz rzadszym gościem, a by wstać w nocy muszę wypić cysternę wody. Dziś jak nikt rozumiem, dlaczego tak ciężko było zdobyć ten preparat! Ryszard G. (721.) z Kalisza



„Poczułem pieczenie i ból, przeraziłem się”

Strumień podczas oddawania moczu był coraz słabszy i przerywany. Skierowano mnie na zabieg w 2019 r., ale jak tu czekać skoro takdalej nie da się żyć! Lekarz polecił mi kurację Howarda – mówił, że ma 96% skuteczności, no i faktycznie. Pieczenia i bólu już praktycznie nie czuję, strumień uryny jest niemal pełen, jakbym cofnął się kilka lat wstecz. Jeśli tak dalej pójdzie, może nawet ucieknę spod skalpela... Krzysztof R. (541.) z Wałbrzycha

Preparat Howarda wchodzi na Polski rynek!

Byłem bardzo zaskoczony, gdy dowiedziałem się o aktualnej sytuacji na polskim rynku. Dzięki połączeniu sił z Włodzimierzem Kucem oraz nawiązaniu ścisłej współpracy z laboratorium w Pensylwanii, w końcu udało nam się dojść do porozumienia i dzięki temu blisko **10-krotnie ograniczyć ogromne koszty produkcji preparatu. Co najważniejsze, bez najmniejszej utraty jakości czy dodatkowych pośredników!** Chciałbym, by każdy facet w tym kraju mógł kupić ten preparat, a przede wszystkim, by mógł kupić go w ludzkiej cenie i to się chyba udało. Każdy kto dziś zechce z niego skorzystać wreszcie ma taką możliwość. **Dodatkowo pierwsze 200 osób urodzonych między 1920, a 1982, które zadzwonią w wyznaczonym terminie otrzyma aż 70% zniżkę.** Warto się pośpieszyć, ponieważ liczba opakowań jest ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.

REFUNDACJA DLA MŁÓDZYCH
urodzonych w latach 1920-1982!

Pierwszym 200 osobom, które zadzwonią do 12 sierpnia 2018 r. przysługuje **specjalna refundacja!**

Otrzymasz wówczas biostymulacyjny suplement diety prof. Howarda na prostatę zamiast za **3233 97zł** (przesyłka **GRATIS!**)

Zadzwoń: 56 300 32 56

Pon. - pt.: 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-18:00
(Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)

TYLKO do 12 sierpnia 70% taniej!

Radni postawieni pod ścianą na sesji nadzwyczajnej

Grzegorz Hilarecki
grzegorz.hilarecki@gp24.pl



Samorząd

Dzisiejsza sesja nadzwyczajna nie zapowiada się na spokojną. Dwa z zaplanowanych tematów budzą wśród radnych sprzeczne opinie. A do tego dotyczą bezpośrednio wielu słupszczan.

Pierwszy i chyba najważniejszy z tematów to upoważnienie prezydenta Słupska do złożenia wniosku o dofinansowanie i przyjęcie do realizacji projektu pn. „Zarządzanie wodami opadowymi naterenie zlewnirzeki Słupi”. Pod tym hasłem kryje się duży projekt, którego najważniejszym punktem jest budowa zbiornika retencyjnego przy ul. Szczecińskiej, co ma zapobiec podtopieniom po burzach w tej części miasta. Kolejne wchodzące w skład rzeczy to budowa zbiornika odprowadzającego wodę przy ul. Portowej, budowa kanału deszczowego od Portowej do SSSE.

Nic tylko przyklasnąć władzom miasta, ale jak zwykle diabeł tkwi w szczegółach. Jest już dokumentacja koncepcji programowej przestrzennej inie ma w niej nico nowych



Beata Chrzanowska, przewodnicząca rady: - Dlaczego na nadzwyczajnej sesji mamy decydować o wielkim projekcie za unijne pieniądze, gdy termin złożenia wniosku upływa 31 sierpnia?

osiedlach powstających za ulicą Zaborowskiej - zauważa Beata Chrzanowska z Platformy Obywatelskiej, przewodnicząca rady miejskiej. - I nie rozumiem dlaczego na nadzwyczajnej sesji w sierpniu mamy decydować o wielkim projekcie za unijne pieniądze, gdy termin

złożenia wniosku upływa 31 sierpnia? Znowustawia się nas pod ścianą.

Do końca sierpnia miasto Słupsk musi złożyć gotowy wniosek na ten projekt. Koszt prac to prawie 38 milionów złotych, z czego wkład własny miasta, zakładając aż 85-pro-

centowe unijne wsparcie - to aż 14,3 mln zł.

- To charakterystyczne, że Robert Biedroń stawia znowu nas pod szantażem - zauważa Tadeusz Bobrowski z PiS, wiceprzewodniczący rady miasta. - Ale to nie będzie proste głosowanie. mamy zdecydować

NA SESJI

GODZINY NAUCZYCIELI

Radni podejmą też decyzję, co jest zwykłą formalnością w sprawie zmiany uchwały Nr XXXIV/481/13 Rady Miejskiej w Słupsku z dnia 27 marca 2013 r. w sprawie określenia zasad rozliczania tygodniowego obowiązkowego wymiaru godzin zajęć nauczycieli, dla których ustalony plan zajęć jest różny w poszczególnych okresach roku szkolnego, szczegółowych zasad udzielania i rozmiaru obniżek nauczycielom, którym powierzono stanowiska kierownicze, przyznawania zwolnień od obowiązku realizacji tygodniowego obowiązkowego wymiaru godzin zajęć dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych.

czasie nie ma zaplanowanych komisji rady miejskiej. Gdy zwoływana jest nadzwyczajna sesja, a to druga w te wakacje, pikiety nie są omówione w branżowych komisjach.

- A te sprawy można wcześniej, np. w czerwcu - ocenia Beata Chrzanowska.

Drugim wzbudzającym kontrowersje tematem są dodatkowe ponad 2 min na remnt trzech przedszkoli. Z czego dwa nie zostaną otwarte 1 września, a dzieci przeniesione zostaną do pobliskich szkół. O czym miasto zamierza poinformować oficjalnie rodziców posesji.

Sprawa niby prosta, bowiem stan techniczny obu przedszkoli jest taki, że trzeba coś z tym faktem zrobić.

- Ale dopiero teraz się dowiedziano? Ktoś tu czegoś niedopilnował - uważa Tadeusz Bobrowski. - Jestem zatem bycie przedszkola zburzyć i wybudować nowe.

Podobne zdanie usłyszeliśmy od innych radnych z innych klubów. Ale podkreślali, że tu sprawa ma inny wymiar, bo chodzi się o pytanie, co z małymi dziećmi i rodzicami, którzy myśla, że ich dzieci pójdą do przedszkola 1 września. Przypomnijmy, miasto zaczęło w lipcu budowę przedszkola, ale odda je dopiero w styczniu. ©

Alek Radomski
aleksander.radomski@gp24.pl



PIENIĄDZE DLA WYKLUCZONYCH SPOŁECZNIE

Słupsk

MOPR otrzymał dofinansowanie w wysokości przeszło miliona złotych na kontynuację projektu „Kierunek aktywność”, który jest realizowany razem ze stowarzyszeniem Horyzont w ramach Centrum Integracji Społecznej.

Pieniądze mają pomóc w zatrudnieniu około 90 osób, które z różnych powodów mają problemy ze znalezieniem pracy na otwartym rynku.

- Mamy nadzieję, że uda się nam osiągnąć podobne efekty jak do tej pory - mówi

Klaudiusz Dyjas, dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Słupsku. - Kolejni pracownicy, podopieczni, będą uczestnikami warsztatów Centrum Integracji Społecznej, którzy bardzo tanio lub bezkosztowo remontują budynki użyteczności publicznej. Są to szkoły, przedszkola, ale i budynek MORP, gdzie ostatnio wymieniono stare wykładziny.

Przypomnijmy, że na bazie CIS w Ustce powstała spółdzielnia socjalna „Drabina”, która również aktywizuje zawodowo osoby wykluczone lub zagrożone wykluczeniem społecznym. Tu też chodzi o trwale bezrobotnych i niepełnosprawnych. „Drabina” jest ich firmą, która ma przywrócić ich do społeczeństwa. Spółdzielnia to wspólny pomysł urzędników ze Słupska i Ustki.



Klaudiusz Dyjas, dyrektor MORP

KRÓTKO

Słupsk

Drzewa na słupskim ringu zasłaniają znaki drogowe

Kierowcy skarżą się na słabą widoczność znaku drogowego D-6 „Przejście dla pieszych” na słupskim ringu w okolicy ulicy Grunwaldzkiej. Znak jest zasłonięty przez rosnące tam drzewo. Stwarza to niebezpieczeństwo zarówno dla kierowców, jak i pieszych. Natężenie ruchu na słupskim ringu jest duże. Kierowcy często łamią przepisy i jadą z większą prędkością niż ta dozwolona, ponieważ jest to teren na obrzeżach miasta. Skontaktowaliśmy się z Magdaleną Mirończuk, miejską inżynierem ruchu. - Sprawę zgłoszę do Zarządu Infrastruktury Miejskiej, ponieważ to oni odpowiedzialni są za oznakowanie dróg. ZIM podejmie decyzję, czy jest konieczność przesunięcia znaku - mówi Magdalena Mirończuk. (MP)



FOT. KRZYSZTOF PIOTROWSKI

TABLETKI PRZECIWBÓLOWE - ŁYKAMY JE JAK CUKIERKI

Mogą działać cuda, ale pod warunkiem, że przyjmujemy je z rozsądkiem. **Specjaliści przestrzegają przed ich nadmierną ilością oraz niebezpiecznymi połączeniami**

Włóczębkom

Paula Goszczyńska
redakcja@gk.pl

Pomagają pokonać ból i sprawiają, że jesteśmy w stanie normalnie funkcjonować. To właśnie za to doceniamy środki przeciwbólowe. I choć faktycznie trudno sobie dziś wyobrazić funkcjonowanie bez nich, to stosować je należy z dużą rozważnością. Ich nadmiar oraz niewłaściwe połączenie składników aktywnych może bowiem doprowadzić do bardzo przykrych konsekwencji.

Leki przeciwbólowe, przeciwzapalne oraz przeciwgorączkowe zawierające substancję czynną w postaci paracetamolu są bardzo skuteczne i bezpieczne dla naszego organizmu, ponieważ nie powodują uszkodzenia błony śluzowej żołądka.

Kolejnym składnikiem często używanym do produkcji leków jest ibuprofen. Poleki z ibuprofenem sięgamy bardzo często z powodu bólu głowy, zęba czy łamania w kościach. Choć wiele leków działających przeciwbólowo wydawanych jest w aptekach bez recepty, to wciąż mogą szkodzić – szczególnie, jeżeli są zażywane w zbyt dużych ilościach.

Mamy problem z ilością

Szacuje się, że około 1/3 pacjentów w starszym wieku zażywa jednocześnie 6 lub więcej leków. Specjaliści alarmują, że ludzie najczęściej nie czytają ulotek, a nawet jak czytają, to nie wszystko rozumieją. Nie zastanawiają się nad tym, czy jeden lek dyskwalifikuje branie drugiego.



Wielu z nas posiada zbyt dużą ilość leków przeciwbólowych. Nie należy ich nadużywać

UWAŻAJ!

PRZETERMINOWANY LEK TO TRUCIZNA

Nadmiar reklam sprawia, że wielu z nas kupuje leki na zapas i często boryka się z problemem zbyt wielu, przeterminowanych specyfików. Nic się nie dzieje, jeśli mamy tego świadomość, dlatego warto na bieżąco sprawdzać terminy ważności. Wiele z leków oprócz terminu przydatności posiada też informację, po jakim czasie od otwarcia opakowania powinniśmy lekstwo wyrzucić.

Gdzie się pozbywać takich medykamentów? Nie do zwykłego kosza. W wielu aptekach stoją specjalne pojemniki na te odpady.

Oprócz stosowania leków dostępnych na receptę, dochodzą również te ogólnie dostępne oraz suplementy. I okazuje się nagle, że codziennie przyjmujemy sporą garść tabletek. Niestety, może okazać się też, że nie wszystkie będą ze sobą prawidłowo współpracować.

Ta wielolekowość jest określana medycznym terminem polipragmazja. Trudne słowo, ale i trudny problem, gdyż przyczyniają się do niej i lekarze, i sami pacjenci. Polipragmazja jest bowiem skutkiem błędnej ordynacji lekarskiej i błędów pacjenta. Zwykle jest tak, że pacjent leczy się u lekarza rodzinnego, bierze od niego recepty. Za jakiś czas udaje się do specjalisty, w międzyczasie kupuje jeszcze suplementy diety polecane przez koleżankę. Ani się obejrzy, a na stole ma kilkanaście różnych medykamentów.

Ulotka na wagę złota

Centrum Badania Opinii Społecznej opublikowało w 2016 roku raport odnośnie stosowania leków bezrecepty. Wynika z niego, że tego typu medykamenty stosowało niemal dziewięć na dziesięć osób dorosłych. Najczęściej były to środki przeciwbólowe i przeciwzapalne – stanowiły 68 procent.

W dodatku, niestety, ponad jedna czwarta badanych twierdzi, że zdarzyło im się stosować leki dostępne bez recepty w niewłaściwy sposób – niezgodnie z zaleceniami, na przykład zwiększając dawkę, używając ich dłużej niż to wskazane, lekceważąc skutki uboczne lub przeciwwskazania, które ich dotyczą, a także przyjmować leki z przyzwyczajenia, choć nie jest to konieczne oraz wbrew negatywnej opinii lekarza o takim bezmyślnym sposobie leczenia.

Problemem może być fakt, że konsument nie zdaje sobie sprawy z możliwych zagrożeń. Paracetamol, który występuje w wielu popularnych lekach, przyniewłaściwym dawkowaniu może doprowadzić do opłakanych skutków, a mianowicie do uszkodzenia wątroby, żołądka, trzustki, śpiączki, a w skrajnych przypadkach nawet śmierci.

Na to zwróć uwagę

Przed zażyciem zwykłego preparatu przeciwbólowego należy zawsze zapoznać się z ulotką, która jest dołączona do opakowania. Powinniśmy zwrócić szczególną uwagę na trzy punkty dotyczące:

- sposobu dawkowania
- przeciwwskazań oraz
- składu leku.

Co ważne, należy zażywać pastylki, gdy ból jest jeszcze słaby, zawsze poposiłku, a nie na pusty żołądek. Wybierajmy te w tak zwanych specjalnych osłonkach, które zabezpieczają przed podrażnieniem organów.

Aby tabletki jak najszybciej zaczęły działać, najlepiej popić ją zwykłą wodą.

Przyjmując leki przeciwbólowe pamiętajmy też, aby pod żadnym pozorem nie pić w tym czasie alkoholu, gdyż może to wywołać bardzo poważne i groźne dla organizmu skutki.

Leki przeciwbólowe to z pewnością wspały wyznalzek. Dzięki nim wielu z nas jest w stanie normalnie funkcjonować, a ból może być jedynie mglistym wspomnieniem.

Warto jednak mieć na uwadze, że choć wszystko jest dla ludzi, trzeba rozsądnie z tego korzystać – by służyło, nie szkodziło.

POLECANE

Walka z bólem
Naturalne sposoby na przykre dolegliwości

Odpręż się. To nie jest łatwe, ale naprawdę warto. Skupiając się na odczuwaniu bólu napinamy mięśnie, przez co dyskomfort jest jeszcze silniejszy. Znajdź zaciszne miejsce, połóż się, jeśli to możliwe i postarajmy się o coś przyjemnego. Rozluźnione ciało przestanie tak mocno reagować na ból.

Zimny lub ciepły okład. Zimny sprawdzi się w przypadku bólu głowy. Wystarczy zmoczyć ściereczkę lub włożyć specjalny kompres do zamrażarki. Następnie przyłożyć do głowy. Ciepły kompres nada się też w przypadku bólu brzucha. Rozluźni mięśnie i przyniesie ulogę.

Nawodnij się. Ból głowy może się pojawić w przypadku niedostatecznego nawodnienia organizmu. Każdy z nas powinien wypijać ok. 2 l wody dziennie, a podczas dużych upałów nawet 3-4 l. Najlepiej pić regularnie – szklankę co godzinę.

Postawna rozciąganie.

W internecie rośnie od ćwiczeń, które nie tylko pozwalają wrócić do formy, ale też pozbyć się uporczywego bólu. Szczególnie popularne są te na dolegliwości pleców i karku. Są też takie, które pomagają przy bólach menstruacyjnych.

Skorzystaj z mocy ziół. Olejki eteryczne, ziołowe herbatki, kąpiel w ziołach to wiarygodne sposoby na ból głowy. Melisa pomaga uporać się z bólem napięciowym, amentol, którego źródłem jest mięta, działa znieczulająco. Można nacierać czoło olejkami miętowymi i wypić herbatkę.

Kojący masaż. Dotyk może sprawić, że ból będzie łagodniejszy lub zupełnie zniknie. Podczas bólu głowy staraj się uciskać masować okrężnymi ruchami skronie. Taką technikę zastosuj także w przypadku innych partii ciała. Dobry jest masaż stóp, na których jest wiele zakończeń nerwowych, (PG)

Paula Goszczyńska
paula.goszczyńska@polskapress.pl

ZAPYTAJ LEKARZA

Jakie okoliczności wizyty u dentysty są dla małego pacjenta najbardziej przykre? Czego rodzice powinni unikać?

LEKARZ RADZI: Bólu. Najgorszą sytuacją jest konieczność leczenia zębów, które wcześniej bolały małego pacjenta, a ten nigdy nie był w gabinecie stomatologicznym. Wtedy zwyczajnie interwencja nie jest przyjemna dla małego pacjenta, idła rodziców, i dla lekarzy. Niestety, takie przypadki wciąż się zdarzają, choć nie da się ukryć, że coraz rzadziej. Rodzice dziś mają większą świadomość w zakresie dbania o higienę jamy ustnej i nie zwlekają z wizytami dzieci u dentystów. To cieszy, bo profilaktyka, w tym regularne wizyty kontrolne u dentysty - co 3-4 miesiące - pozwala uniknąć tego, czego każdy się boi, a mianowicie: bólu. Bywa jednak tak, że dzieci panicznie reagują na słowa: „idziemy do dentysty”. Wtedy dobrym rozwiązaniem są zabiegi w sedacji wziewnej. Pomagają one pacjentowi rozluźnić się. Nie ma to nic wspólnego z naręką. Sedacja wziewna mo-

żemy zastosować u dzieci powyżej 4. roku życia, które mają drożny nos. I to faktycznie zdaje egzamin.

Czy rodzice wiedzą dziś, że mleczaki warto leczyć? Jak dbać o zęby najmłodszych?

LEKARZ RADZI: Owszem, także coraz więcej. Jeszcze wśród starszego pokolenia pokutuje mit, że lepiej zostawić je w spokoju, ale młodzi rodzice są coraz bardziej świadomi, że jednak należy mleczaki leczyć. Tonia tylko kwestia bólu, którym może skutkować próchnica, lecz także możliwość zakażenia kolejnych zębów. W fazie wymiany zębów, gdy dziecko ma mieszane uzębienie, istnieje ryzyko zainfekowania zębów stałych - zarówno tych, które już wyszły, jak i tych, które dopiero będą się wyrzucać. Systematyczne wizyty u dentysty to jedno, domowa pielęgnacja drugie. Zależy od stosowania pasty z fluorem i wapniem, a także właściwej diety. Ta naprawdę jest kluczowa. Wielorodzący przyznaje, że ich dzieci piją wodę, ale często okazuje się, że mówimy o wodzie

smakowej, którą zwyczajnie jest słodzonym napojem. Soczki mogą przewijać się w jadłospisie, ale w granicach rozsądku. Podobnie jest ze słodyczami. Sama je bardzo lubię i wiem, że ograniczenia bywają trudne. Polecam jednak zastosowanie sprawdzonego rozwiązania - 6 dni bez słodyczy i jeden dzień całkowitej laby. Kilumiesięcznym maluchom także czyścimy ząbki. Myjemy je także pokarmieniem mlekiem. To zawiera w sobie wiele cukru, który jak powszechnie wiadomo, nie wpływa pozytywnie na zdrowie zębów. Na rynku dostępna są szczoteczki palcowe i nawet jak dziecko śpi, możemy przemyć mu ząbki.

Agata Gorzan, lekarz stomatolog

Wiadoma że słodycze szkoda zębom. Kiedy szczególnie nie powinno się ich podawać dzieciom?

LEKARZ RADZI: Po wieczornym myciu zębów starajmy się nie dokarmiać już dziecka. Wśród produktów, których szczególnie należy się wystrzegać przed zażnięciem, są różnego rodzaju

sztucznie słodzone soki, wszelkie napoje, a także inne produkty zawierające cukier. Po każdym takim posiłku dziecko powinno ponownie umyć zęby. Warto zrezygnować również z podawania sztucznego słodkiego mleka w nocy, bo działa ono wyjątkowo niekorzystnie na uzębienie dziecka. Rodzicom bardzo często wydaje się, że ich dziecko jest nienajdane i podawanie w nocy słodkiego mleka w celu zaspokojenia głodu jest dość powszechną praktyką. Niestety, działa ona zabójczo na stan zębów dziecka - jest przyczyną powstawania próchnicy przyszyjkowej, tak zwanej butelkowej. Gdy dziecku chce się pić, warto zrezygnować ze słodkich soczków w nocy narzec wody. Odżywianie, nie tylko to wieczorową porą, ma duży wpływ na rozwój zębów dzieci. Jeśli ciężko wyeliminować słodycze w ogóle, można zastosować inną metodę - wybrać jeden dzień w tygodniu, kiedy się na nie pozwala dzieciom. To w znacznym stopniu ograniczy ich spożywanie.

Afiga Szot-Trepka, lekarz stomatolog

CO, GDZIE?

Świat
Światowy Dzień Pierwszej Pomocy

Obchodzony w drugą sobotę września (w tym roku przypada 8 września). Ustanowiony został w 2000 roku z inicjatywy Międzynarodowego Ruchu Czerwonego Krzyża - jednej z największych organizacji humanitarnych na świecie. Święto to ma na celu uświadomienie, jak ważna jest umiejętność udzielenia pierwszej pomocy, a także promowanie akcji edukacyjnych wśród obywateli.

Świat
Światowy Dzień Fizjoterapii

Przypada 9 września. To nie święto fizjoterapeutów, ale termin stworzony na potrzeby pacjentów, stwarza on okazję do konsultacji, darmowych wizyt dla pacjentów zaniepokojonych swoim stanem zdrowia. Akcja darmowych wizyt obejmująca setki gabinetów fizjoterapeutów w całej Polsce.

Świat
Europejski Dzień Prostaty

Obchodzony 15 września. Jego celem jest zwiększenie społecznej świadomości na temat chorób gruczołu krokowego oraz zachęcenie mężczyzn do aktywnej profilaktyki. (MG)

Z HISTORII

**Jak leczono w dawnych wiekach astmę?**

Przez setki lat nie wiadomo, jaka jest przyczyna astmy. Leczenie polegało więc jedynie na łagodzeniu objawów choroby. Pomagano pacjentom w sposób przypadkowy. Stosowano przede wszystkim substancje roślinne powodujące łagodzenie duszności. Przygotowywano z nich napary, wyciągi oraz syropy, wykorzystując między innymi bielutki dzierzawę, pokrzywę wilczą jagodę, lobelie rozdętą, szalkak popolity. Inną metodą leczenia było palenie sproszkowanych ziół także na blasze. Leczenie polegało na wdychaniu powstałego dymu. Do łagodzenia napadów astmy stosowano również kokainę i opium. Sprzedawano w aptekach porcjonowany proszek do palenia. Do połowy XX wieku w Polsce produkowano papierosy przeciwastrymatyczne.

Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa - od pierwszych objawów do diagnozy mija 10 lat

Ta podstępna choroba może doprowadzić do niepełnosprawności. Jej objawy są nieoczywiste i często bagatelizowane przez samych pacjentów

Kwestia plecówPaula Goszczyńska
paula.goszczyńska@polskapress.pl

Odmomentu wystąpienia pierwszych objawów do postawienia prawidłowej diagnozy średnio od 5 do 10 lat. Najpierw bagatelizujemy objawy, potem wielu z nas wędruje od specjalisty do specjalisty, poszukując przyczyny bólu pleców. Wreszcie diagnoza. ZSK, czyli zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa, to przewlekła choroba zapalająca prowadząca do niepełnosprawności.

Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa to przewlekła, postępująca zapalna choroba reumatyczna, której współczesna medycyna nie potrafi wyliczyć, ale potrafi spowolnić jej postęp. Proces zapalny, leżący u jej podłoża, pojawia się nieznaną przyczyną, obejmując stawy kręgosłupa, stawy obwodowe

TWOJA DECYZJA

CHROŃ SIĘ PRZED BÓLEM

Kampania edukacyjna „Nie odwracaj się plecami od bólu” jest międzynarodową inicjatywą, której celem jest zwiększenie świadomości na temat zapalnego bólu pleców, a przez to - skrócenie czasu od wystąpienia objawów do ustalenia właściwego rozpoznania i zastosowania odpowiedniego leczenia. Patronat nad kampanią objęło Polskie Towarzystwo Reumatologiczne. W jej ramach dostępna jest strona www.kiedybolaplecy.pl, zawierająca informacje na temat rodzaju bólu pleców oraz praktyczne wskazówki dotyczące radzenia sobie z nim.

oraz przylegające do nich struktury łącznotkankowe, tak zwane tkanki miękkie (więzadła, przyczepy mięśni, torebki stawowe), powodując ból i uczucie sztywności. Wraz z upływem czasu powstają zrosty między trzonami kręgów w konsekwencji dochodzi do ograniczenia ruchomości kręgosłupa i braku możliwości wykonywania nawet podstawowych ruchów.

Mogłoby się wydawać, że choroba o podłożu reumatycznym dotyczy ludzi starszych.

Nic bardziej mylnego. ZSK najczęściej ujawnia się u ludzi młodych, w ścisłym wieku, gdy zaczynają realizować plany kariery, kariery zawodowej, pasji, gdy nie mają czasu na chorowanie. - Tym, co odróżnia ból zapalny od przeciążeniowego, jest między innymi pora jego występowania. Ból pleców oraz sztywność, gdy mamy do czynienia z ZSK, występują w drugiej połowie nocy i nad ranem. Ból nie ustępuje po odpoczynku, a zmniejsza

się dopiero po wysiłku fizycznym - wyjaśnia profesor Brygida Kwiatkowska.

Początkowo pacjent bagatelizuje te objawy, leczysię na własną rękę, uśmierzając ogólnodostępnymi lekami to, co najbardziej doskwiera, czyli ból. Decyzją o udaniu się do lekarza pojawia się wówczas, gdy ból staje się nie do zniesienia. - Wizyta u internisty często bywa dopiero początkiem długiej drogi do rozpoznania jednostki chorobowej. Lekarze podstawowej opieki zdrowotnej nie mają wystarczającej wiedzy na temat chorób opodłożu reumatycznym i błędnie oceniają sytuację, kierując kroki pacjenta w kierunku schorzeń neurologicznych lub ortopedycznych - ocenia profesor Kwiatkowska. Chory miesiącami, a nawet latami tuła się od lekarza do lekarza, a choroba postępuje, zajmując kolejne stawy, odbierając chęć codziennych nawet najprostszych aktywności, skazując go na życie w cierpieniu i niepełnosprawności - dodaje.

JAK ROBI SIĘ CUKIER PROSTY? POWSTAJE ON Z BURAKÓW LUB TRZCINY CUKROWEJ. NIE MA SUBSTANCJI ODŻYWCZYCH

Cukier spożywczy produkowany jest z buraków cukrowych lub trzcin cukrowej. Trzcina zawiera około 14 procent pierwiastków śladowych, minerałów i witamin oraz chlorofil. Cukier dostępny w sklepach powstaje jednak z surowego soku, który następnie jest poddawany procesom z zastosowaniem substancji chemicznych, między innymi dwutlenku siarki, siarczanu sodu i ultramaryny.

Cały proces powoduje, że cukier staje się rafinowany, czyli mocno oczyszczony, a co za tym idzie - pozbawiony wszystkich substancji odżywczych. Cukier ma jeden z najwyższych indeksów glikemicznych - wynosi on 70. Oznacza to, że po spożyciu produktu z jego dodatkiem, na przykład batonika, trzaska zostaje gwałtownie pobudzona do pracy, szybko wzrasta stężenie glukozy we krwi, jednak jej

stężenie szybko spada, co może spowodować hipoglikemię. Nadmiar glukozy magazynowany jest w wątrobie w formie glikogenu. Gdy wątroba nie jest w stanie magazynować więcej, nadmiar glikogenu uwalniany jest do krwi w formie wolnych kwasów tłuszczowych - trafia do brzucha, pośladków i bioder, potem do serca i nerek, powodując ich otłuszczenie.



Olga Chaińska (40 lat), nasz ekspert, zachęca, by cukru szukać w owocach zamiast w batonach

Gdy zaczyna być za słodko, cierpi organizm

Jak nadmiar cukru wpływa na nasze zdrowie? **Wyjaśnia Olga Chaińska, dietetyczka i trenerka**

Jedz zdrowo z Olgą

Izabela Mortas
izabela.mortas@polskapress.pl

O tym, że cukier w diecie warto ograniczyć, wie dziś chyba każdy. Ten prowadzi nie tylko do otyłości, ale też wielu innych chorób. Jakich? Mówi Olga Chaińska, nasz ekspert - dietetyk i trener personalny, właścicielka klubu Expert Fitness w Kielcach.

Słodki smak pociągał ludzi od zawsze. W toku licznych eksperymentów człowiek odkrył trzcinę cukrową, a z jej wysuszonego soku wyizolował skoncentrowaną

słodycz - pierwszy cukier. Dotychczas zalecane spożycie cukru wynosiło poniżej 10 procent wszystkich kalorii w ciągu dnia. Obecny cel WHO (Światowej Organizacji Zdrowia) jest zmniejszenie tej dawki do 5 procent dziennego zapotrzebowania. Ograniczenia te dotyczą wszystkich cukrów dodawanych do pożywienia oraz tych występujących naturalnie, na przykład w sokach, miodach.

Cukier biały rafinowany dostarcza organizmowi jedynie pustych kalorii. Energia dostarczana jest bardzo szybko, ale na bardzo krótki okres. Oczywiście to niejeden powód, dla którego po-

winniśmy unikać cukru. Powoduje on również nadmierną kwasowość, nadprodukcję kwasu żołądkowego, która podrażnia śluzówkę żołądka, co może doprowadzić do wrzodów. - Cukier niszczy błonę śluzową jelit, zaburzając równowagę fizjologicznej flory bakteryjnej, co może doprowadzić do grzybicy układu pokarmowego. Układ odpornościowy w 70-80 procentach działa w jelitach. Niszcząc śluzówkę jelit, osłabia się w znaczącym stopniu mechanizm odpornościowy organizmu oraz utrudnia przyswajanie substancji odżywczych, w tym białka - przybliża Olga Chaińska.

Niestety, po tak mocnej ingerencji we florę bakteryjną jelita zaburza się proces trawienia i wypróżniania, prowadząc do zaparć. Podczas procesu trawienia cukru zużywane są znaczące ilości minerałów i witamin, więc im więcej spożywać będziemy słodczy bądź innych produktów zawierających cukier, wzrośnie zapotrzebowanie na witaminy B, wapń, fosfor, magnez czy chrom. Nie możemy również zapomnieć o mocnym zakwaszeniu organizmu przez cukier. - Przywrócić równowagę zasadowo-kwasową pomaga wapń, ale należy pamiętać, że cukier jest „złodziejem” minerałów z organizmu, w tym z kości - przyznaje Olga.

Zbyt duża ilość cukru w naszym organizmie może doprowadzić do wielu poważnych chorób. Jeśli będziemy bez umiaru słać herbatę i jeść słodczy, musimy liczyć się z tym, że pojawi się: próchnica zębów, cukrzyca typu 2, otyłość, nadmierny rozwój tkanki tłuszczowej, miażdżyca naczyń krwionośnych, hiperglicydemia - zbyt duże stężenie trójglicerydów we krwi, choroby serca, problemy z trzustką.

ZA DUŻO CUKRU

PROBLEMY W STARSZYM WIEKU

Nadmierne spożycie cukru wywołuje zaburzenia w gospodarce mineralnej oraz procesach biochemicznych w organizmie, co objawiać się może chronicznym zmęczeniem. Jest także przyczyną poważnych schorzeń w późniejszym wieku, na przykład osteoporozy, podwyższonego ciśnienia krwi, chorób układu krążenia.

Mniej cukru na co dzień Jakie korzyści płyną z ograniczeń?

Badania przeprowadzone przez International Agency for Research on Cancer na grupie meksykańskich kobiet pokazały, że dieta o dużej zawartości węglowodanów zwiększa ryzyko powstania raka piersi. Ponadto odkryto, że komórki rakowe żywią się cukrem. Nowopowstałe komórki rakowe początkowo czerpią energię ze spalania glukozy lub z jej fermentacji. W momencie, gdy mają dostęp do cukru, pozyskują energię wyłącznie nadrodze fermentacji. Jest to bardzo niekorzystne dla organizmu, gdyż komórki rakowe zamiast spalać glukozę, metabolizują ją do kwasu mlekowego. Ten tworzy wokół nich bardzo ni-

skie pH. W ten sposób kwas mlekowy blokuje działanie komórek układu odpornościowego. Co więcej, niskie pH niszczy sąsiednie, zdrowe komórki. Taka sytuacja sprzyja rozprzestrzenianiu się komórek rakowych. Badania pokazują, że im więcej dany nowotwór produkuje kwasu mlekowego, tym większe jest prawdopodobieństwo pojawienia się przerzutów. Osobom prowadzącym siedzący tryb życia sacharoza nie jest potrzebna, dlatego trzeba ją ograniczyć do minimum. Natomiast osoby uprawiające intensywny sport mogą jej używać w większych ilościach bez uszczerbku na zdrowiu.



Dobre rady Sprawdź, czym możesz zastąpić cukier

Okazuje się, że zamienników cukru jest wcale niemało. Oto produkty, które skutecznie zastąpią cukier, a będą od niego zdrowsze. Oto one:

- miód
- owoce
- daktyle
- sok klonowy
- słody (ryżowy, jęczmienny)
- syrop zagawy
- ksylitol (cukier brzozy)
- syrop daktylowy
- stewia
- suszone owoce



- melasa z karobu, trzcinowa, buraczana.

Pamiętajmy jednak, że zastępowanie zwykłego cukru innymi produktami, wcale nie oznacza, że możemy z nich korzystać bez ograniczeń.

Za 2 tygodnie

Zbliża się koniec wakacji. Jak przygotować dziecko, by płynnie i bez stresu zaczęło rok szkolny?

Atakuje nas plaga komarów - czy te owady są groźne i jak skutecznie sobie z nimi radzić?

Artykuły o zdrowiu znajdziesz w "Głosie" w środę i sobotę

ZAPYTAJ LEKARZA

Niektórzy z nas nie mogą zrezygnować z pracy na świeżym powietrzu nawet w czasie najwyższych temperatur. Jak możemy sobie pomóc?

LEKARZ RADZI: Wtedy zadajmy, by wypijać kilka litrów wody dziennie. Już w miniony wtorek mieliśmy przypadek osoby pracującej w upale. Jak wiemy, teraz jest sezon zbioru różnych owoców i przywieziony pacjent miał ewidentne cechy wyczerpania upałem, przegrzania. Dodat-

kowo była to osoba chorująca na serce i doszło do zaostrzenia niewydolności krążenia.

Czy branie częstych, chłodnych pryszniców może pomóc w trakcie upałów?

LEKARZ RADZI: Na pewno ochłodzi. Wiadomo, że w przypadku przegrzania jednym ze sposobów na wyprowadzenie z tego stanu jest właśnie chłodzenie. Jednak najlepiej do tego stanu nie doprowadzać.
Doktor Dorota Adamczyk-Krupska

Masz pytanie? Napisz do nas! Odpowiedzą eksperci

W dodatku „Strona Zdrowia” jest miejscem na sprawy szczególnie ważne dla Państwa zdrowia. Współpracuje z nami kilkudziesięciu lekarzy, wybitnych specjalistów. W ostatnich dniach dostaliśmy od Państwa wiele pytań. Dziękujemy. Na wiele odpowiadamy w rubrykach oznaczonych stetoskopem. Gorąco zachęcamy do przysyłania kolejnych pytań donaszych ekspertów.

Należy je przysyłać na adres: stronazdrowia@polskajurek.pl. Eksperti na bieżąco będą odpowiadać na pytania.

Pracoholik pędzi jak lokomotywa i nie hamuje

Najgorzej, gdy uzależnia się. wykonując swoją pracę... w domu. Pracoholizm prowadzi do wielu chorób, ale też problemów w łóżku. Jakich? Rozmawiamy z psychologiem Krzysztofem Koroną



Pracoholik pracuje tak intensywnie, że nie ma czasu zaspokajać podstawowych potrzeb

Uzależnienia

Izabela Mortas: Czy pracoholizm możemy nazwać już chorobą?

Krzysztof Korona: Według Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10, która aktualnie obowiązuje także w Polsce - nie jest, ale niewykluczone, że pojawi się w następnej, opracowywanej właśnie klasyfikacji. Seksoholizm, na przykład, już ma zostać potraktowany jak choroba. Jeśli pójdziemy tropem definicji występującej w świecie medycznym, pracoholizmem nazywamy zbyt intensywne zaangażowanie w pracę, które powoduje brak czasu i możliwości zaspokajania innych potrzeb, nawet tak podstawowych jak jedzenie.

Pracoholicy często nie mają czasu zadbać o regularne odżywianie, popadają w różne skrajności - albo nie jedzą wcale lub bardzo mało, albo napychają się niezdrowymi przekąskami, fast foodami - tym, co mają pod ręką lub zjedzą szybko. W konsekwencji nierzadko zauważa się u nich spadek wagi albo otyłość.

Kogo najczęściej dotyka pracoholizm?

To choroba głównie osób pracujących intelektualnie. Dotyka informatyków, menedżerów, lekarzy, ale też wiele innych wykonawców zawodów, którzy są pod dużą presją.

Jakie konsekwencje zdrowotne może mieć pracoholizm?

Skoro wspominałem już o zaburzeniach odżywiania, powiem o pokrewnych konsekwencjach - braku ruchu i związanym z tym pojawianiem się nie tylko otyłości, lecz także innych chorób - kardiologicznych, zestrony układu pokarmowego, a także psychicznych. Te ostatnie objawiają się nierzadko zaburzeniami snu.

Jakie konkretnie są to problemy?

Mogą być dwojakie - pracoholik ma problemy z zasypianiem, ale też bardzo płytki sen. Łatwo to wytłumaczyć. Mózg, który przez cały dzień jest „nakręcony”, nie może się uspokoić. Działa jak lokomotywa, która została tak bardzo rozpędzona, że nie może się zatrzymać. U pracoholika brakuje momentu wyhamowa-

nia. Ogarniają go natrętne myśli związane z pracą - czuje, że nie wykonał zadania do końca, powinien odpisać jeszcze na kilka mejli, myśli, co musi zrobić jutro... Pojawia się u niego lęk, że nie zdąży, że spotka go kara, a także poczucie winy - nie powinien wypoczywać, skoro jeszcze tyle jest do zrobienia. Pracoholicy z racji także doświadczają lęku, ale też innych negatywnych emocji, mają gorszy nastrój, stany depresyjne. Mają też inne zaburzenia - nieustanna aktywność może doprowadzić do urojeń, manii. O tej ostatniej mówimy, gdy człowiek przez pracę nie śpi przez kilka dni, a nawet tygodni, jest ciągle pobudzony. Takie zaburzenia mogą kończyć się naprawdę tragicznie - nawet zgonem z powodu wycieńczenia organizmu.

Ajak wygląda życie seksualne pracoholika?

I ta sfera bywa bardzo zaburzona. Pracoholizm może prowadzić do erotomanii, która jest efektem funkcjonowania całego czasu na wysokich obrotach. Pracoholicy nakręcają własne libido, a więc mają tendencję do seksoholizmu, uzależnienia się od pornografii czy seksu z prostytutkami. Nierzadko potrzebują dużej stymulacji, a więc silniejszych bodźców, przejawiają na przykład zachowania sadomasochistyczne. Nie potrafią budować bliskich relacji - z trudem przychodzą im miłość, przyjaźń, mają problemy z budowaniem relacji rodzinnych.

Kto jest szczególnie narażony na pracoholizm?

Tak, jak już wspominałem - pracoholizm to domena ludzi wykonujących pracę umysłową. Ale muszę obalić mity, że pojawia się u osób, które pracują w wielkich przestronnych budynkach, w open space'ach, w korporacjach. Najbardziej niebezpieczny jest pracoholizm... w domu. Osoby, które pracują w warunkach „home office” uważają, że pracodawca idzie im bardzo na rękę, bo przecież mogą w międzyczasie zając się domem, dziećmi. Są na wirtualnej smyczy - niby w domu, ale cały czas online - przekraczają godziny pracy, robią więcej, nie stawiają granic. Są ciągle dostępni dla pracodawcy. Jeśli do tego mieszkają sami, nie mają rodziny i pracują w systemie zdaniowym, łatwo o pracoholizm, ale też wypalenie zawodowe.

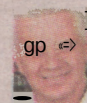
Dziękuję za rozmowę.

Izabela Mortas

EKSPERT

KRZYSZTOF KORONA

Jest psychologiem, seksuologiem, ekspertem sądowym i supervizorem. Posiada ponad trzydziestoletnie doświadczenie zawodowe, zarówno w praktyce psychologa klinicznego, jak i konsultacji dla firm.



Profilaktyka

Jak nie popaść w pracoholizm? Sprawdź, gdzie są granice „zdrowego” podejścia

Pracoholik podobnie jak alkoholik nie dostrzega swojego problemu. Zarówno jednym, jak i drugim uzależnieniem rządzą te same mechanizmy. Pracoholizmowi można zapobiec przede wszystkim odnajdując życiową równowagę - tyle samo czasu poświęcać na pracę, ile na odpoczynek. - Jeśli 8 godzin pracujemy, tyle samo powinniśmy poświęcić na zupełnie inne aktywności, najlepiej całkowicie oderwane od naszej pracy uważa Krzysztof Korona. Jest duża grupa osób, która uważa, że pracuje dłużej, bo w tym czasie przynosi jej to satysfakcję, poza tym „lubi swoją pracę”. I tu warto zachować ostrożność. Artysta, który pracuje i jednocześnie relaksuje się - przygotowuje bez żadnej presji utwór muzyczny, wiersz, książkę funkcjonuje inaczej niż człowiek, który jest pod nieustanną presją czasu i zadań. Twórcy zadaniowi, którzy mają wyznaczone konkretne zadanie i czas na jego wykonanie, już nie będą mieli tak komfortowych warunków pracy, jak grupa opisana wyżej i tu też lepiej orozwać. Alkohol też bowiem sprawia przyjemność, ale uzależnia i szkodzi naszemu zdrowiu. Warto też zdawać sobie sprawę, że pracoholizm pociąga za sobą kolejne uzależnienia - gdy osoba zauważy, że przestaje sobie radzić kolejnymi zadaniami, poszukuje „pomocy” w środkach chemicznych, nierzadko narkotykach czy dopalaczach. Popada też w alkoholizm weekendowy - próbujesz „zresetować” trunkami w wolne dni od pracy.

Dziś każdy może zostać surferem

Wojciech Kufig
wojciech.kufig@polskapress.pl



Darłówek

Dzisiaj startuje SurfMusie Live. To będzie dzień warsztatów, animacji i nauki surfingu na pompowanych deskach SUP - wszystko na plaży zachodniej w Darłównie.

Start wydarzenia zaplanowano na godzinę 10. Jest to pierwsza tego typu impreza w centralnym punkcie wybrzeża, inicjatywa wynikająca z pasji windsurfingu i muzyki. Impreza ogólnodostępna, nieodpłatna i możliwa dzięki chęci pomocy, promocji i sponsora.

W Darłównie Zachodnim odbędzie się nauka pływania na deskach typu SUP. To pływanie i surfowanie na pompowanej desce z wiosłem. Naukę poprowadzą profesjonalni instruktorzy z Sup Bass Polska.

Przygotowano także konkursy. Do wygrania między innymi praktyczne lekcje żeglarsstwa dla dzieci, bony rabatowe do sklepu sportowego, torby,

plecaki oraz gadżety związane z tematyką morską. Uczestnicy będą wyposażeni w niezbędne kamizelki, a nad bezpieczeństwem na wodzie czuwać będzie ratownik WOPR.

Organizatorzy już teraz zapraszają wszystkich turystów, mieszkańców i każdego, kto w tym dniu wybierze się do Darłówna Wschodniego. Wyjątkowe i oryginalne wydarzenie z pewnością przyciągnie miłośników dobrej muzyki i pięknej fotografii. Organizatorzy zachęcają do wzięcia udziału w imprezie także dzieci, dla których też przygotowano specjalny program.

Impreza zostanie zakończona wieczornym koncertem zespołu Kraków Street Band i wspólną zabawą w barze na plaży wschodniej. Podczas koncertu odbędzie się „żywa wystawa” BalticRide (wyświetlana z rzutnika) - zbiór fotografii ukazujących zmagania ludzi uprawiających sporty wodne na Bałtyku podczas sztormów. To będą zbiory udostępnione z portali związanych ze sportem na Bałtyku. Wstęp na wydarzenia jest wolny.

Pozostając w Darłównie dłużej warto uczestniczyć w wyjątkowej nocnej imprezie. Tradycją stało się, że w Darłowie mieszkańcy i turyści witają Nowy Rok dwa razy. Tak właśnie będzie w przyszły wtorek,



Darłównie odbędzie się impreza, która połączy dobrą muzykę ze sportem. Każdy będzie mógł zacząć naukę surfingu

14 sierpnia. Na promenadzie obok latarni morskiej od 21 rozpocznie się zabawa, która potrwa do późnych godzin nocnych.

Organizatorzy imprezy zapowiadają, że nie tylko będą strzelać korki od szampanów. Gościem specjalnym będzie muzyk TEDE. Przygotowane

zostanie również stoisko Merchtedes, gdzie będziecie mogli nabyć dyskografię TEDE oraz specjalne okolicznościowe gadżety.

Irlandzka muzyka połączy się z celtyckim tańcem

Słupsk

Daniel Klusek
daniel.klusek@gp24.pl

Zespoły Patrick's Hat i Treblers zagra w niedzielę na kolejnym koncercie w ramach Garden party u Karola.

To wyjątkowy projekt muzyczny stworzony przez grupę pasjonatów muzyki irlandzkiej.

Muzycy wywodzący się z różnych środowisk twórczych połączyli swoje siły z tancerzami z zespołu Treblers, aby



Zespół Patrick's Hat zagra w niedzielę w parku Waldorffa

w ten sposób przybliżyć publiczności najpełniej kulturę celtycką. Żywiota muzyka, energiczny taniec, wzruszające ballady pozwolą słuchaczowi przenieść się w wyobraźni na Zieloną Wyspę i pozostawić niezapomniane wrażenia.

Początek o godz. 12, wstęp wolny. W przypadku złej pogody koncert zostanie przeniesiony do sali filharmonii.

W ramach Garden party u Karola posłuchamy jeszcze muzyki etnicznej i hiszpańskiej.

W SKROCIE

Słupsk

Afrykańska muzyka

Wśród ogódz. 9 w Miejscu Animacji Kultury Miejskiej Biblioteki Publicznej przy ul. Grodzkiej 3 rozpoczyna się zajęcia literacko-muzyczne. Uczestnicy poznają etniczną muzykę afrykańską. Tematem zajęć będzie też Afryka widziana oczami przedwojennego podróżnika Kazimierza Nowaka. Wstęp jest wolny. (DMK)

Ustka

Szlakiem legend

Najważniejsze ustkie legendy i historie związane z miastem poznają dzieci w wakacyjne środy podczas przechadzek z przewodnikiem. Zwiedzanie trwa dwie godziny. W wycieczce mogą wziąć udział wyłącznie dzieci będące pod opieką osoby dorosłej. Spotkanie ogódz. 10 na placu przed kościołem przy ul. Kościelnej 4, wstęp wolny. (DMK)

Ustka

Z książką na plażę

Biblioteka Miejska w Uście prowadzi akcję Biblioteka na Plażę. Punkty plenerowych czytelni zorganizowane zostały w Uście wschodniej w dwóch miejscach: przy punkcie Informacji Turystycznej na dolnej promenadzie oraz w lokalu gastronomicznym przy białej wieży widokowej na promenadzie. Po zachodniej stronie miastka książki można znaleźć na Bunkrach Blüchera ul. Bo-

haterów Westerplatte 40. Korzystanie z Biblioteki Na Plażę jest bezpłatne i odbywa się według regulaminu: „Weź - Przeczytaj - Oddaj”. (DMK)

Leba

Kulturalnie na scenie

Prezydent Słupska Robert Biedroń spotka się z czytelnikami w środę ogódz. 17. Opowie o autobiograficznej książce „Pod prąd”. Wstęp jest wolny.

Eleni, jedna z najpopularniejszych piosenek na polskiej scenie muzycznej, zaśpiewa tamże o godz. 20. W ciągu trwającej ponad 40 lat kariery wykonała 1 wyprowadziła na pierwsze miejsce krajowych list przebojów takie piosenki jak: „Miłość jak wino”, „Chcę kochać”, „Ballado hej”, „Na miłość niema rady”, „Dla ciebie jestem ja”, „Niech lato spełni się”, „Pożar w godzinie serca”, „Spójrz z dwóch stron”, „Wakacyjny flirt”, „Coś z Odyssa” i „Aleksandria”. Bilety kosztują 50 zł. (DMK)

Słupsk

Angielski za darmo

Letni festiwal prezentacji scenicznych osób niepełnosprawnych „Kolorowe Anioły” odbędzie się w piątek na scenie przy ul. Słonecznej w Rowach. Od godz. 15 podczas koncertu swoje talenty zaprezentują uczestnicy z naszego regionu, a także goście z całego kraju. Anioły zaprezentują się w trzech kategoriach: wokalne, teatralne i poetyckie. Wstęp wolny. (DMO)

Sto lat niepodległości Polski, wiek harcerstwa

Słupsk

Daniel Klusek
daniel.klusek@gp24.pl

W Zamku Książąt Pomorskich i Herbaciarni w Spichlerzu Richtera można zobaczyć dwie jubileuszowe wystawy.

W Muzeum Pomorza Środkowego oglądać można wystawę czasową „Powrót Polski na mapę świata”.

Ekspozycja ma charakter edukacyjny, zwiedzając może prześledzić wydarzenia ostatnich lat walk o niepodległość

(1914-1918), zobaczyć jak w pierwszych latach po jej odzyskaniu wyglądała odbudowa struktur państwowych, nie było to zadanie proste - Polska była podzielona między trzech zaborców, państwo było bardzo zdeorganizowane. Prześledzić również będzie można jak kształtowały się granice odbudowywanego państwa, jaka funkcjonowała wtedy waluta oraz dlaczego na godle Polski znalazł się orzeł w koronie.

Edukacyjną wystawę plansząwa będą uzupełniać ekspozycje, między innymi atlasy,

monety z wizerunkiem marszałka Polski, waluta używana po odzyskaniu niepodległości, pamiątki falerystyczne z okazji setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości będzie można oglądać do 18 listopada.

Ekspozycję zorganizowaną z okazji setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości będzie można oglądać do 18 listopada.

Natomiast w Herbaciarni w Spichlerzu Richtera zobaczyć można wystawę „Harcerstwo Ziemi Słupskiej. Wystawa fotograficzna z okazji 100-lecia Związku Harcerstwa Polskiego”.

Dzieje słupskiego harcerstwa rozpoczynają się po 1945 r., kiedy do Słupska zaczyna napływać ludność osadnicza z miast, w których działało już wiele drużyn. Od tej pory powstają drużyny, zawiązują się szczepy skupiające setki młodych ludzi.

Wystawa prezentuje ponad 60 fotografii z Nieobozowych Akcji Letnich, akcji społecznych, zbiorów i innych harcerskich wydarzeń. Uzupełnieniem są historyczne sztandary i proporce. Wystawę można oglądać do końca września.

Muzyka na jarmarku. Od popu, po elektronikę

Daniel Klusek

daniel.klusek@gp24.pl



Gdańsk

W ramach 75. Jarmarku św. Dominika na gości czekają koncerty.

Jarmark Dominikański to nie tylko wielkie targowanie, ale również mnóstwo imprez artystycznych.

W piątek o godz. 20.30 na scenie na Targu Węglowym zaśpiewa Barbara Wronńska - wokalistka, kompozytorka, autorka tekstów, współtworząca duet Ballady i Romanse i zespół Pustki. W lutym wydała autorski, solowy materiał „Dom z ognia”. To piękna, pełna emocji i melancholii płyta. Debiut doskonały i poruszający. Być może jeden z najważniejszych polskich albumów ostatnich lat.

Natomiast w sobotę o godz. 20.30 usłyszymy Jazz Band Młynarski - Masecki. Nawydaną pod koniec ubiegłego roku płytę „Noc w wielkim mieście” zespół pokusił się o stworzenie alternatywnej historii polskiego jazzu: co by było grane w Polsce, gdyby nie wojna światowa i stalinizm? Wodewilowe piosenki, które w latach 30. bawiły bywalców warszawskich kabaretów, awansowałyby do roli jazzowych standar-



Jazz Band Młynarski - Masecki zagra w sobotę na Jarmarku Dominikańskim w Gdańsku

dów. Tak właśnie zaaranżowano tę płytę. Połączone siły Marcina Maseckiego i Jana Emila Młynarskiego, gwarantują temu przedsięwzięciu najwyższy poziom artystycznej wiarygodności. Band tworzą: Jan Emil Młynarski - śpiew, bandżola; Marcin Masecki - pianino, aranżer, dyrektor muzyczny; Jerzy Rogiewicz - per-

kusja; Piotr Wróbel - suzafon; Tomasz Duda - saksofon; Jarosław Bothur - saksofon; Michał Fetler - saksofon.

W niedzielę o godz. 20.30 na scenie zobaczymy i usłyszymy niXes. To projekt wokalistki i kompozytorki Ani Rusowicz-artystki, która kilka lat temu szturmem zdobyła serca publiczności i krytyków albumem

„Mój Big-Bit”, potem zainspirował ją rock psychodeliczny i nagrała płytę „Genesis”. Najnowszy krążek niXes to alter ego Ani Rusowicz. Połączenie elektroniki z psychodelią lat 60 dają efekt niezwykły. Skład zespołu: Hubert Gasiul, Stanisław Wróbel, Paweł Zalewski, Steve Nash. Wstęp na wszystkie wydarzenia jest wolny.

Didżeje grają codziennie na plaży

Ustka

Daniel Klusek

daniel.klusek@gp24.pl

Do końca wakacji na wschodniej plaży każdego dnia będzie się można pobawić przy muzyce didżejów w barze Sferique.

Sferique Beach Bar znajduje się na plaży wschodniej, niedaleko latarni morskiej przy głównym wejściu. Wieczorami beach bar zamienia się w klub muzyczny. Najlepsi didżeje z całej Polski na dolnym parkiecie grają najlepsze kawałki reprezentujące różnego rodzaju style muzyczne: począwszy od r'n'b, hip-hopu i funky, a skończywszy na klubowych rytmach house, deep czy disco. Letnie imprezy odbywają się codziennie, przez cały sezon. Początek godz. 21.

Dzisiaj i jutro zabawy poprowadzą dj Mush. W piątek obok niego za konsolą stanie także szczeciński dj Twister, który



Muzykę w barze Sferique można posłuchać każdego wieczora

grał nie tylko w najlepszych krajowych klubach, ale również w Niemczech, Czechach i na Słowacji.

W sobotę o dobrą zabawę zadbać didżeje Vibe i Rescue. Vibe jest reprezentantem trójmiejskiej sceny didżejskiej. Podstawą jego setów są brzmie-

nia z gatunku r&b, soul, funk. W sobotni wieczór tanecznie będzie również na tarasie, gdzie trwać będzie impreza Nathan Pole Birthday Party. Gośćmi będą Ombo, Michael Pooni, Lucas Ilichacy. Tam zabawa upłynie w rytmach dark techno, techno, deep i minimal.

W SKRÓCIE

Słupsk

Pomorze przedwojną

Pomorze Zachodnie przedwojennym kinie zobaczymy wśród w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Słupsku przy ul. Grodzkiej 3. Filmy wyświetli i opowie o nich dr Kacper Pencarski, wicedyrektor Instytutu Historii i Politologii Akademii Pomorskiej w Słupsku. Historyk i regionalista zaprezentuje filmy dokumentalne, promocyjne, prywatne i propagandowe z okresu XX-lecia międzywojennego dotyczącego Pomorza i miast pomorskich. Uczestnicy projekcji będą mogli zobaczyć jak wyglądała codzienność Pomorza przed wybuchem II wojny światowej. Na filmach utrwalał się widok pomorskich miast, wsi i przyrody. Będzie można zobaczyć jak wyglądała praca przy pracach na rynkach miejskich, pomorskich rolników i rybaków. W trakcie seansu historyk będzie wygłaszał komentarz i opowiadał o historii miejsc, ludzi i zdarzeń związanych z tym okresem. Początek spotkania o godz. 15, wstęp jest wolny (DMK)

INFORMATOR

KINA

Słupsk

Multikino

41 dni nadziei, godz. 21.05;
Ant-Man i Osa 2D dubbing, godz. 12.15, 13.25, 18.30, 2D napisy, godz. 17.25, 20.30, 3D dubbing, godz. 14.50;
Jestem taka piękna, godz. 21.45;
Jurassic World: Upadłe królestwo, godz. 10.15;
Mamma Mia! Here We Go Again, godz. 10.20, 12.50, 15.20, 16.30, 17.50, 19.20, 20.20;
Odnajdę cię, godz. 19.30;
Pieśń nocy, godz. 21.25;
Skarioz-Soldado, godz. 21.30;
Iniemamocni 2, godz. 10.15, 11.50, 13.16, 18.45;
Jak zostać czarodziejem, godz. 10.30, 12.45, 15.17.15;
Księż Czar, godz. 10.15, 14.30, 16.30

Rejs

Iniemamocni 2, godz. 15.30;
Nieposłuszne, godz. 18;
Whitney, godz. 20.15

Ustka

Delfin

Co wtrawie piszczy, godz. 11.30;
Księż Czar, godz. 13;
Jak zostać czarodziejem, godz. 15;
Mamma Mia! Here We Go Again!, godz. 16.45, 19.21.15

Lębork

Fregata

Księż Czar, godz. 18;
Odnajdę cię, godz. 20

KOMUNIKACJA

Słupsk: PKP 118 000; 2219436; PKS 59 842 42 56; dyżurny ruchu 598437110; MZK 59 84893 06;
Lębork: PKS 59 8621972; MZK 598621451;
Bytów: PKS 59822 22 38;
Człuchów: PKS 59 8342213;
Miastko: PKS 598572149.

DYŻURY APTEK

Słupsk

Dom Leków, ul. Tuwima 4, tel. 59 8424957

Ustka

Ustecka, ul. Żeromskiego 5, tel. 59 814 9817

Bytów

Centrum Zdrowia, ul. ks. Bernarda Sychty 3, tel. 598226645

Miastko

Wracam do Zdrowia, ul. Dworcowa 3, tel. 59857 5155

Człuchów.

Oberland, ul. Długosza 29, tel. 59 8341752

Lębork

Staromiejska, ul. Staromiejska 17d, tel. 59862 4876

USŁUGI MEDYCZNE

Słupsk:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka, ul. Hubalczyków 1, informacje telefoniczne 59 846 0100;

Ustka:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, ul. Mickiewicza 12, tel. 59 8146968;
Poradnia Zdrowia POZ, ul. Kopernika 15, tel. 59 8146011;
Pogotowie Ratunkowe - 5981470 09;

Lębork:

Szpitalny Oddział Ratunkowy 59 8633000;
Szpital, ul. Węgrzynowicza 3, 59 86352 02;

Bytów:

Szpital, ul. Lęborska 13, tel. 59822 85 00; Dział Pomocy Doradź Miastko, tel. 59 8570900

Człuchów:

598345309.

WAŻNE

NIEBIESKA LIMA

Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie, tel. 59 848 0111, 801 120 002;

Słupsk:

Poleja 997, ul. Reymonta, tel. 598480645;
Pogotowie Ratunkowe 999;
Straż Miejska 986; 598433217;
Straż Gminna 59848599h
Urząd Celny - 58774 0830;
Straż Pożarna 998;
Pogotowie Energetyczne 991;
Pogotowie Gazownicze 992;
Pogotowie Ciepłownicze 993;
Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne 994;
Straż Miejska alarm 986;
Ustka 598146761697696498;
Bytów 59822569

KULTURA

Nowy Teatr, ul. Lutosławskiego 1, tel. 59 84670 00;
Filharmonia Sinfonia Baltica, ul. Jana Pawła II 3, tel. 598423839;
Teatr Tęcza, ul. Waryńskiego 2, tel. 59 8423935;
Teatr Rondo, ul. Niedziałkowskiego 5a, tel. 59 8426349;
Słupski Ośrodek Kultury, ul. Braci Gierymskich, tel. 598456441;
Emcek, al. 3 Maja 22, tel. 598431130;
Miejska Biblioteka Publiczna, ul. Grodzka 3, tel. 598405838.

USŁUGI POGRZEBOWE

Kalla, ul. Armii Krajowej 15, tel. 59842 8196, 601 928 600 - całodobowo. Pełna oferta pogrzebowa.
Zieleni tel. (24h/dobę) telefon 502525005 lub 598411315, ul. Kaszubska 3 A. Winda i baldachim przygrobie; Hades, ul. Kopernika 15, całodobowo: tel. 5984298 91, 601663796. Winda i baldachim przygrobie.
Hermes, ul. Obrońców Wybrzeża 1 (całodobowo), tel. 59 842 8495, 604434441. Winda i baldachim przygrobie.

PORADNICTWO

Biuro Porad Obywatelskich - ul. Niedziałkowskiego 6, czynne: poniedziałek - czwartek w godz. 10-14;
Bliżej Prawa - bezpłatne porady prawne i obywatelskie, ul. Jana Pawła II (7 piętro) czynne: pon.-śr. godz. 8-16, czwartek godz. 10-18, Telefon zaufania Tama - 5984140 46. czynny: poniedziałek - piątek w godz. 16-20;
Alkoholowy telefon zaufania Krokus - czynny codziennie 17-22, 59 8414605.

REKLAMA 607998622

53 TAXI fcn

I / < 598422700

607 271 717

591 96-25

NAJTAŃSZE TAXI W SŁUPSKU

„Dziad spod Grójca” trzymał w zwykłej szafie na ubranie 33 miliony złotych

Grażyna Ostrońska
grazyna.ostrońska@
polskapress.pl



Prawo

Takimi pieniędzmi, jak w tytule, obracają tytoniowi bossowie, zbijający fortuny na nielegalnych „fajkach”. Polska to dla nich raj, bo ci, którzy wchodzi w lewy biznes, rzadko kończą za kratkami. Zwykle dostają wyrok w zawieszeniu, grzywnę i... ponownie schodzą do podziemia. Rynek tytoniowej lewizny w Polsce wart jest kilkanaście miliardów złotych. Ujawniamy, jak ten biznes działa i kogokusi.

Najazd kilkudziesięciu funkcjonariuszy służby granicznej na fabrykę, w której 69-letni Bogusław C., tytoniowy boss spod Grójca, produkował nielegalne papierosy, bardzo gospodarza zaskoczył. Współpraca ze służbami celnymi nie była panu C. obca; w jego fabryce działał oficjalny skład podatkowy i odbywała się też legalna produkcja papierosów z akcyzą. Tylko w dzień, bo w nocy pełną parą ruszały cztery linie do produkcji nielegalnych „fajek”. Obsługiwało je 44 zatrudnionych nielegalnie Ukraińców. W ciągu kilku ostatnich lat, gdy nikt „Dziad spod Grójca” (to jego medialna ksywka) nie niepokoił, mógł wyprodukować 35 milionów sztuk lewych papierosów.

Wpadł, bo wszedł w konflikt z Ormianami, zajmującymi się przemysłem i nielegalnym handlem. Straż graniczna miała już przemytników z Armenii na muszce, więc telefon bossa spod Grójca znalazł się na podsłuchu. 13 kwietnia 2015 r. funkcjonariusze Nadwiślańskiego Oddziału Straży Granicznej wkroczyli na jego teren.

Milionowe straty państwa

Poza 33 milionami złotych gotówki, przechowywanej w zwykłej odzieżowej szafie, celnicy znaleźli u Bogusława C. 2 miliony 500 tysięcy kilogramów nielegalnego tytoniu, warte 1,5 miliarda złotych, 20,5 miliona sztuk papierosów bez polskich znaków skarbowych o szacunkowej wartości ponad 13 mln zł oraz cztery nielegalne linie do ich produkcji. Skarb Państwa stracił kilkaset milionów złotych z tytułu niezapłaconej akcyzy i podatków.



Akcja funkcjonariuszy Nadwiślańskiego Oddziału Straży Granicznej zaskoczyła „Dziada spod Grójca”, tytoniowego bossa.

Wkrótce „Dziad spod Grójca” stanie przed sądem, gdzie właśnie trafił 100-stronicowy akt oskarżenia, sporządzony przez Prokuraturę Okręgową w Bydgoszczy. Zarzuty usłyszało 19 oskarżonych. Wszyscy odpowiadają z wolnej stopy, 15 osób chce się dobrowolnie poddać karze. Organizatorzy nielegalnego procederu, zarówno Bogusław C., producent lewych papierosów, jaki Ararat S., Ormianin, stojący na czele zorganizowanej grupy przestępczej, zajmującej się przemysłem i dystrybucją nielegalnych wyrobów tytoniowych, nie przyznają się do winy.

Bogusław C. twierdzi, że postawione mu zarzuty to „jedno wielkie pomówienie”. Zapewnia, że nie wyprodukował na lewo żadnego papierosa. Podejrzewa, że ktoś podszył się pod jego firmę „L” i pod jej nazwą wprowadził do obrotu papierosy, wyprodukowane nielegalnie w innych zakładach. Trudno mu będzie tę obronę, bo biegli powołani przez prokuraturę ustalili, że do napisów na igłach nielegalnych papierosów używano głównie drukujących, zabezpieczonej w fabryce Bogusława C. Ararat S. też idzie w zaparte i przekonuje śledczych, że podsłuchane rozmowy to żaden dowód, bo on przez telefon

dużo żartuje, a poza tym często użycza swoją komórkę innym.

Nabazarku

Śledczy ustalili, że większość nielegalnych wyrobów tytoniowych z przemysłu i z wytwórni w Grójcu trafiała na teren województw: kujawsko-pomorskiego, małopolskiego i wielkopolskiego. W zorganizowanej grupie przestępczej, kierowanej przez Ararata S., prym wiodło kilku Ormian oraz małżeństwo Mariola i Bogusław N. z Inowrocławia. W ich przyczepie do sprzedaży łodów śledczy znaleźli 4350 paczek papierosów bez akcyzy, zaś w samochodzie transportowym, należącym do N., kolejne 24 tysiące paczek nielegalnych „fajek”. Małżeństwo N. trafiło do aresztu w sierpniu 2014 roku, a wraz z nimi Ormianie, Zaza K. i Artyom G., którzy właśnie wjeżdżali do Inowrocławia 9 tysięcy paczek papierosów z przemysłu.

Zaza K. przekonywał śledczych, że te papierosy dostał nocą, nie opodal wschodniej granicy od jakiegoś Ukraińca, którego spotkał tydzień wcześniej w Warszawie na bazarku przy Stadionie Narodowym, i obiecał mu przewiezienie tego towaru w ramach bezpłatnej przysługi. Oświadczył, że Artyom, który z nim jechał, nic o papierosach nie wiedział. Miał wysadzić kolegę gdzieś za Ino-

wrocławiem, bo ten chciał tam kupić auto. Niemiał z sobą pieniędzy, chciał je jedynie obejrzeć. Ormianin Artyom G. to prawnik z wykształcenia, zatrudniony w warszawskiej firmie jako mechanik-kierowca.

Wzawieszeniu

Tego samego dnia zrobiono rewizję u kilku innych tytoniowych dealerów, między innymi w Nakle i Gnieźnie, gdzie zabezpieczono kilkanaście tysięcy paczek nielegalnych papierosów. To doprowadziło śledczych do „Dziada spod Grójca” i jego fabryki. Bogusław C. zanim postawił własny biznes, był dyrektorem państwowego wytwórni papierosów. Po tem jego nazwisko wiązane z krakowską aferą tytoniową. W 2005 roku policja zlikwidowała w centrum Krakowa największą w Europie fabrykę nielegalnych papierosów. Śledztwo toczyło się prawie 12 lat. Bogusławowi C. udowodniono jedynie dostarczenie lewego tytoniu do fabryki, zaco dostał wyrok - 10 miesięcy pozbawienia wolności w zawieszeniu.

Uważany za mózg krakowskiego przedsięwzięcia Zbigniew B. zdażył z Polski ucieci do dziś jest poszukiwany.

Ujawniono rozbieżności

Strata 33 milionów złotych, zabezpieczonych przez śledczych

w domu Bogusława C. musiała tytoniowego bossa zabość, choć fakt, że przechowywał taką gotówkę w zwykłych szafach, przeznaczonych na odzież, może świadczyć o tym, że obracanie taką kasą było dla niego normą. Dwa miesiące po zatrzymaniu „Dziada spod Grójca” roszczenie do zabezpieczonej utytoniowego bossa

Narażono Skarb Państwa na stratę 230 mln złotych z tytułu niezapłaconego podatku akcyzowego.

Agnieszka Adamska-Okońska

gotówki zgłosił 42-letni mieszkaniec Włocławka, Daniel S., z zawodu malarz budowlany.

Próbował przekonać śledczych, że część kasy znalezionej u Bogusława C. to pożyczka zaciągnięta od czeskiego kontrahenta, przeznaczona na ich wspólne przedsięwzięcie w Kongu. Konkretnie - na założenie spółki joint venture, która będzie sprzedawać w Afryce papierosy, produkowane pod Grójcem, w fabryce Bogusława C., a potem wybuduje w Kongu fabrykę tytoniu. Aby sprawdzić wiarygodność tych twierdzeń, prokuratura zaw-

nioskowała o czeską pomoc prawną. Dzięki niej otrzymana niebicie dowody na to, że dokumenty, mające uprawdopodobnić pożyczkę, sfałszowano, natomiast w zeznaniach osób, które potwierdziły fakt udzielenia rzekomej pożyczki, ujawniono rozbieżności.

Mariusz K., sędzią spod Grójca i zarazem pasierb Bogusława C., wyjaśnił, że miał zamiar sprzedawać w Kongu polskie papierosy. Jest pewien, że byłby na nie popyt, bo wcześniej wysyłał do Konga grójeckie jabłka; był w tym kraju, wie, że Afrykanie palili polskie papierosy i mówili, że będą je kupować.

Paczki „wyparowały” z... urzędu celnego

Prokuratorzy i inspektorzy skarbowi wzięli też pod lupę papierowe transakcje firmy Bogusława C. z hiszpańskimi kontrahentami. Nie wszystkie okazały się klarowne.

Tylko od stycznia 2014 roku do stycznia 2015 roku, w oparciu o nierzetelne dokumenty (pod pozorem tzw. dostaw wewnątrzwspólnotowych) z prowadzonego przez firmę „L.” składu podatkowego wydano łącznie 311 300 kgsusu tytoniowego bez znaków akcyzy oraz 240 000 paczek papierosów, co narażało Skarb Państwa na uszczuplenie należności publicznoprawnych z tytułu podatku akcyzowego na ponad 230 milionów złotych - informuje Agnieszka Adamska-Okońska, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Bydgoszczy.

Nadzór nad legalnością produkcji w fabryce pod Grójcem sprawował urząd celny w Radomiu i to tam przewieziono zabezpieczone przez prokuraturę lewe papierosy. Miałystanowić dowody rzeczowe w sprawie, ale część tych dowodów, konkretnie 330 000 paczek, z urzędu celnego wyparowała.

Wybito wprowadzić dziurę w murze urzędu, ale fachowcy orzekli, że przez nią papierosów nie wynoszono. Kto je wywiózł i kto mu pomagał? Nie wiadomo, bo żaden z przesłuchanych celników ochroniarzy „nic nie widział i nic nie słyszał”, a radomska prokuratura sprawę kradzieży umorzyła.

Podobno „Dziad” spod Grójca z interesu się wycofał, a majątek cedował na syna. Jeśli dowody zebrane przez bydgoską prokuraturę sąd uzna za wystarczające, Bogusławowi C. grozi nawet 10 lat więzienia. ©

REKLAMA

008522936



Słupsk

Teraz Armii Krajowej 34



WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

o I przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości położonej przy ul. Armii Krajowej 34, stanowiącej własność Miasta Słupska
Prezydent Miasta Słupska

Biznes

LOKAL UŻYTKOWY – miejsce na TWÓJ biznes!

informuje, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Słupsku przy Pl. Zwycięstwa 3 (II piętro, obok pokoju 213) oraz na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl, zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o organizowanym **I przetargu ustnym nieograniczonym** na sprzedaż **lokalu niemieszkalnego** położonego w przyziemiu i w piwnicy budynku przy **ul. Armii Krajowej 34**, o pow. **40,87 m²** wraz z udziałem **480/10 000** we własności części wspólnych budynku i w prawie użytkowania wieczystego działki gruntu nr 808/5 o pow. 308 m², położonej w obrębie 6 Miasta Słupska, objętej KW SL1S/00040607/6. Czas trwania użytkowania wieczystego gruntu ustala się do dnia 20.09.2101 r.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi- 135 000,00 zł, w tym:

cena lokalu - 131 064,00 zł,

cena udziału 480/10 000 w prawie użytkowania wieczystego działki gruntu – 3 936,00 zł.

Wadium - 13 500,00 zł

Postąpienie nie mniej niż 1 350,00 zł.

Przetarg odbędzie się 10.09.2018 r. o godz. 12" w sali 212 Urzędu Miejskiego (II piętro).
Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 04.09.18 r. na konto Miasta Słupsk mBANK SA nr rachunku 0811401153 0000 2175 42001011.

Lokal będzie udostępniony do oglądania w dniu 24.08.2018 r. o godz. 13⁰⁰.

Szczegółowe informacje można uzyskać w pokoju 215 tut. Urzędu lub telefonicznie 59 84 88 472 oraz na stronie internetowej www.slupsk.pl.

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia o przetargu.

REKLAMA

008522168

OGŁOSZENIE

Syndyk Masy Upadłości Sławomira Guta w upadłości sprzedaż z wolnej ręki udział w wysokości 1/3 w prawie własności nieruchomości gruntowej zabudowanej, położonej w Mielnie 38 gm. Dębica Kaszubska, działka nr 12, o powierzchni 8000 m², KW SL1 S/00006965/3
cena wywoławcza 20.789 zł.
Warunkiem uczestnictwa w procedurze sprzedaży jest wpłacenie wadium w wysokości 2.100 zł na rachunek bankowy: Sławomir Gut w upadłości, Bank PEKAO SA nr 67 1240 38131111 0010 7679 8383 i złożenie ofert zgodnych z regulaminem, w terminie do dnia 22.08.2018 r. (decyduje data wpływu) w dwóch egzemplarzach, jeden w Biurze Syndyka Natalii Leszczyńskiej (pl. Orła Białego 1/25-26, 70-562 Szczecin), drugi do Sędziego-Komisarza Agnieszki Opłotnej-Woźniak (Sąd Rejonowy Szczecin-Centrum, Wydział XII Gospodarczy, ul. Narutowicza 19, 70-952 Szczecin) – obydwie do godziny 15.00. Oferty należy składać w zamkniętych kopertach z dopiskiem „przetarg nieruchomości XII GUP 136/17”.

Warunki sprzedaży zawarte są w regulaminie przetargu, z którym oferenci zobowiązani są zapoznać się przed złożeniem ofert. Płatność ceny ma nastąpić najpóźniej w dniu podpisania umowy sprzedaży – przed jej podpisaniem. Szczegółowe informacje pod numerem telefonu 91-46-46-246 od poniedziałku do piątku w godzinach od 10.00 do 15.00 bądź poprzez email: majewska@kancelariaszczecin.eu.

REKLAMA

008520627

OBWIESZCZENIE o licytacji nieruchomości

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Słupsku Jolanta Dłutowska na podstawie art. 953 kpc w związku z art. 955 kpc zawiadamia, że w dniu:

21 września 2018 r. o godz. 13.00

w Sądzie Rejonowym w Słupsku przy ul. Szarych Szeregów 13, sala nr 101 odbędzie się:

PIERWSZA LICYTACJA

prawa własności nieruchomości gruntowych zabudowanych budynkiem rekreacyjno - wypoczynkowym, oznaczonych jako działki: nr 1965 o powierzchni 0,3116 ha, nr 1964 o powierzchni 1,1720 ha, nr 1700/2 o powierzchni 0,4073 ha, położonych w Ustce ul. Polna 3A, posiadających urządzone księgi wieczyste w Sądzie Rejonowym w Słupsku: KW nr SL1S/00028025/2, KW nr SL1S/00015649/8, KW nr SL1S/00046659/7.

Nieruchomość oszacowana jest na kwotę 1.378.000,00 zł. Cena wywołania stanowi 3/4 sumy oszacowania i wynosi 1.033.500,00 zł.

Przystępujący do licytacji zobowiązany jest najpóźniej do dnia poprzedzającego dzień licytacji złożyć na rachunek: Bank Polska Kasa Opieki S.A. O/Słupsk, nr 51 1240 5790 1111 0000 5384 6114 lub w kancelarii komornika rękojmię w -wysokości 10% sumy oszacowania tj. 137.800,00 zł.

REKLAMA

008465490

OGŁOSZENIE O LICYTACJI UŁAMKOWEJ CZĘŚCI NIERUCHOMOŚCI

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Słupsku Jan Maciejewski (ul. Armii Krajowej 59) 840 34 55, g. 10-14) ogłasza, że dnia 13 września 2018 r. o godz. 13.45 w budynku Sądu Rejonowego w Słupsku, mającego siedzibę przy ul. Szarych Szeregów 13, w sali nr 101, odbędzie się
PIERWSZA LICYTACJA

udziału 3/16 niewydzielonej części nieruchomości, należącej do: Witold Głowiński, stanowiącej nieruchomość gruntową oznaczoną w rejestrze gruntów nr 54/1, 54/3, 54/4, zabudowaną budynkiem mieszkalnym, położoną: 76-200 Słupsk, Sportowa 26, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr KW SL1S/00017114/3. Suma oszacowania wynosi 45 398,00 zł, zaś cena wywołania jest równa 3/4 sumy oszacowania i wynosi 34 048,50 zł. Licytant przystępujący do przetargu zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. 4 539,80 zł, w gotówce w kasie komornika do dnia 12.09.2018 r. lub przekazać na konto komornika: PKO BP S.A. I O. Słupsk 761020 4649 0000 7202 0008 6082, najpóźniej w dniu poprzedzającym przetarg.

Zgodnie z przepisem art. 976 §1 kpc w przetargu nie mogą uczestniczyć osoby, które mogą nabyć nieruchomość tylko za zezwoleniem organu państwowego, a zezwolenia tego nie przedstawiły oraz inne osoby wymienione w tym artykule.

Więcej informacji na www.komornikslupsk.pl

- www.dawro.eu -

REKLAMA

008481610

SZUKAM PŁOTU
przy głównej drodze
na baner (5 x 1 m)

100zł za 3mce
@693477744

REKLAMA

KM 557/18

OGŁOSZENIE O LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI

Komornik Sądowy przy SR w Słupsku Andrzej Śniegocki ogłasza, iż w dniu 28.08.2018 r. o godz. 13.00 w kancelarii mieszczącej się: 76-200 Słupsk, ul. H. Pobożnego 19, 1 piętro, odbędzie się w trybie uproszczonej egzekucji z nieruchomości (art. 1013.6) I licytacja: nieruchomości: niezabudowanej działki gruntu oznaczonej w ewidencji gruntów numerem 68 o powierzchni 50,07 ha, położonej: we wsi Górzyno, gmina Głównice, powiat słupski, województwo pomorskie, nr KW SL1S/00052824/0. Suma oszacowania wynosi 907.000,00 zł, zaś cena wywołania jest równa 3/4 sumy oszacowania i wynosi 680.250,00 zł. Rękojmią w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. 90.700,00 zł należy wpłacić dzień przed wyznaczoną licytacją przelewem na konto: BZ WBK SA III/O. w Słupsku 62150016921216900597910000 lub w kasie kancelarii. Zastrzega się prawo odwołania przetargu bez podania przyczyny.

REKLAMA

008522912

BURMISTRZ KĘPIC

informuje, że zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 r. na tablicach ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Kępicach przy ul. Niepodległości 6 został **wywieziony wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży:**

1. Nieruchomości gruntowe niezabudowane oznaczone jako działki nr 4/24, nr 4/26, nr 4/27, nr 4/28, położone w miejscowości Barcino.

REKLAMA

008519257



Słupsk

Teraz plac Dąbrowskiego

WYBIERAM SŁUPSK!

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

PREZYDENT MIASTA SŁUPSKA

ogłasza I przetarg ustny ograniczony na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej, położonej w obrębie 13 miasta Słupska, przy placu Czerwonym, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr SL1S/00038298/9, na poprawę warunków zagospodarowania nieruchomości przyległych.

- działka nr 23/8 o powierzchni 312 m²
cena wywoławcza - 100.000,- zł, wadium - 10.000,- zł,

Do wycycytowanej ceny za nabycie nieruchomości zostanie doliczony należny VAT.

Część działki nr 23/8 znajduje się na obszarze miasta objętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego „Tuwima” na terenie o funkcji zabudowa usługowa – usługi opieki zdrowotnej, dopuszczalne inne usługi nieuciągliwe (10-UZ), zabudowa mieszkaniowa z usługami o wysokiej intensywności zabudowy (8-MW/U). Pozostała część działki nr 23/8 znajduje się na obszarze miasta objętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego „Tuwima-A” na terenie o funkcji teren usług handlu, administracji, usług hotelarskich, garaż wielopokojowy (1.U).

W związku z tym że użytkowanie i zagospodarowanie nieruchomości oznaczonej jako działka nr 23/8 możliwe jest tylko przez właścicieli nieruchomości przyległych, w przetargu mogą brać udział właściciele lub użytkownicy wieczystości nieruchomości położonych w 13 obrębie miasta Słupska, oznaczonych jako: działka nr 23/5 (pl. Dąbrowskiego 6), działka nr 1039 (ul. Deotymy 8), działka nr 22/6 (ul. Tuwima 30).

Warunkami uczestnictwa w przetargu są:

1. wpłacenie wadium do dnia 5.09.2018 r. na konto Miasto Słupsk mBank S.A. nr 081140 1153 0000 2175 42001011,
2. posiadanie tytułu prawnego w postaci prawa własności lub użytkowania wieczystego do nieruchomości położonych w 13 obrębie miasta Słupska, oznaczonych jako: działka nr 23/5, działka nr 1039, działka nr 22/6 (aktualny wypis z rejestru gruntów lub elektroniczny odpis z księgi wieczystej dla posiadanej nieruchomości).

Pisemne zgłoszenie uczestnictwa w przetargu wraz z dowodami potwierdzającymi spełnienie warunków uczestnictwa w przetargu należy złożyć w sekretariacie Wydziału Zarządzania Nieruchomościami i Biznesu w pokoju 217 (II piętro) do dnia 5.09.2018 r. do godziny 16.00.

Przetarg odbędzie się w dniu 10.09.2018 r. o godzinie 10.00 w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, plac Zwycięstwa 3 (II p.).

Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl.

Dodatkowe informacje można uzyskać w pokoju 215 Urzędu Miejskiego w Słupsku (Wydział Zarządzania Nieruchomościami i Biznesu) lub telefonicznie 59 848 84 72 oraz na stronie internetowej www.slupsk.pl (mapa i plan zagospodarowania).

Prezydent Miasta Słupska zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny w trybie właściwym dla ogłoszenia.

REKLAMA

008522887



Słupsk

Prezydent Miasta Słupska

ODWOŁUJE

-1 nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej, stanowiącej własność Miasta Słupsk, położonej w 12 obrębie przy ulicy Orkana, składającej się z działki nr 519 i nr 520 o łącznej powierzchni 432 m², dla której prowadzona jest KW nr SL1S/00038011/4, który został ogłoszony na dzień 24.08.2018 roku,
-1 nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej, stanowiącej własność Miasta Słupsk, położonej w 12 obrębie przy ulicy Orkana, składającej się z działki nr 521 i nr 522 o łącznej powierzchni 426 m², dla której prowadzona jest KW nr SL1S/00038011/4, który został ogłoszony na dzień 24.08.2018 roku.

Ww. przetargi zostają odwołane zgodnie z art. 38 ust. 4 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2018 r. poz. 121 ze zmianami) w związku z decyzją o pozostawieniu nieruchomości w zasobie Miasta Słupska.

REKLAMA

008511810



Słupsk

Prezydent Miasta Słupska

informuje, że na tablicach ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku, plac Zwycięstwa 3 (II-piętro 213-21.5) został wywieziony wykaz nieruchomości stanowiących własność Miasta Słupsk, przeznaczonych do:

- * sprzedaży w trybie bezprzetargowym:
 - działka nr 61/6 przy ul. św. Klary z Asyżu,
 - działka nr 69/52 przy ul. Drzymały.
- * oddania w użyczenie:
 - działka nr 57/16 i 773 przy ul. M. Mochnackiego.
- * oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym:
 - działka nr 868/3 przy ul. M. Konopnickiej.

Więcej informacji Urząd Miejski pl. Zwycięstwa 3 76-200 Słupsk tel. *48 59 84 88 311 urzadzSum.slupsk.pl www.slupsk.pl www.tb.com/MiastoSłupsk

REKLAMA

007313728

aktualne
z całej
Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA-KUPIĘ

KUPIĘ 2-pok. z balkonem, do I-go piętra, 503-733-034.

& H U

2 pok. umeblowane, na wsi, 785901949

POKÓJ w domku 532-616-114 gk

POKÓJ z kuchnią i łazienką, osobne wejście, Koszalin, 604-214-228.

DOMY - SPRZEDAM

DOM 108m², działka 1000m²
ul. Energetyków 7 K-lin, 606-279-727

IMIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

DZIAŁKA bud. pięknie położona na górze, przy lesie K-lin, 609-665-977

DZIAŁKA Sarbinowo war.zab. 36żt/m²
GAMA530736136

GARAŻE

008235241

GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów

Najniższe ceny
Różne wymiary
Dogodne warunki
Transport i montaż (SMSTO) & usługi KRAJ

94-318-80-02 91-311-11-94
58-588-36-02 95-737-63-39
59-727-30-74 512-853-323
www.konstal-garaze.pl

POŚREDNICTWO

NIERUCHOMOŚCI-SZCZERBIŃSKY.
K-lin, ul. Bogusława 113, 512-299-104.

INNE

"OMEGA" - wyceny, obrót Słupsk,
ul. Starzyńskiego 11,
tel. 598414420, 601654572
www.nieruchomosci.slupsk.pl

Handlowe

FOTO, KSIĄŻKI

ALBUMY, książki, płyty muzyczne.
Skup. 509-675-586, 508-245-450.

MATERIAŁY BUDOWLANE

STYROPIAN producent, dostawa,
tel. 52/331-62-48.

MATERIAŁY OPAŁOWE

DREWNO bukowe, 511-787-151.

INNE

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

REKLAMA

068505506

ABAKUS
najchętniej wycierane biuro nieruchomości
dołącz do grona
zadowolonych Klientów
zapraszam Aniela Barzycka

(obok Związkowca)
tel. 661-841-555
www.abakus-nieruchomosci.pl

nie wymaga remontu 56 m²,
lip.
rej. Chelmońskiego
207 000,-

2 pok. rej. Lelewela loggia
149 000,-

2 pok. rej. Niepodległości/
Spółdzielczej/Rzemieślniczej
168 000,- (klucze w biurze)



Kupujący bez prowizji
2 pok. tylko 146 000,-
Nasz Dom

rej. Księżycowej -
dom 509 000,-

tylko 194 900,- 3 pok
loggia klucze w biurze
rej. Ogińskiego

osiedle Nasz Dom
559 000,- dom wolnostojący
Kupujący nie płaci prowizji

Motoryzacja

OSOBEWIE KUPIĘ

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

AUTA i busy kupię, 504-672-242

AUTO skup wszystkie 695-640-611

AUTO skup, każde. 797552040

AUTOKASACJA Bierkowo. Skup
całych i uszkodzonych. 59/8119150,
606206077.

AUTOKASACJA Świeszyno.
608421479

USŁUGI

NEPTUN-AUTOGAZ Tel. 512 170 975.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

BEZ BIK, bez zdolności 510-781-038

DLA każdego! Koszalin, 512 276 994.

KREDYTY Nowe. Słupsk, 516 593 005.

KREDYTY tanio. Słupsk, 59/842-92-38.

POŻYCZKI "Związkowiec" 699186581

SZKOŁA tuż, tuż więc pożyczkę weź
już! 504-240-450.

Nauka

SZKOŁY

PSS Koszalin, TERAPEUTA
ZAJĘCOWY, socjoterapia.org,
tel. 94/343-35-70, 797-284-644.

Praca

ZATRUDNIĘ

ABSOLWENTA inżyniera sanitarnego.
Słupsk, 601627996.

DO pracy fizycznej samodzielnej
tel. 794-690-168 Koszalin

DO sprzątnia biur 606-362-520 K

DO sprzątnia Mielno 695635293

Do stanów surowych, 15-17 zł/h.
Słupsk, 785960104.

FIRMA Gea Tuchenhausen Polska
Sp. z o.o. zatrudni operatora
linii montażowej. Mile widziane
uprawnienia spawalnicze TIG.
Gotowość do pracy w trybie 3
zmianowym. Tel. 783880079,
email: marcin.piechowski@gea.com

FIRMA Klaron Gaz zatrudni montera
instalacji gazu płynnego.
Mile widziana osoba posiadająca
prawo jazdy kat.C. Zapewniamy
przyuczenie do wykonywanej pracy.
Kontakt biuro@klarongaz.pl;
tel 534 534 443

HANDLOWIEC-j. niemiecki, sprzedaż
domków holenderskich 668309281

HANDLOWIEC- sprzedaż domków
holenderskich 668309281

HOTEL Monika K-lin św. Wojciecha
: do sprzątnia 504038644 oraz
recepjonistkę hotel@hotmail.pl

KRAWCOWA Koszalin 510-692-658.

MAGAZYNIER 605129435 gk

MŁODEGO mężczyznę z grupą do
pracy w sklepie meblowym Lorens
ul. Poprzeczna 4 tel. 94/346-24-11

OPERATOR CNC-laser 605129435 gk

OPERATOR tokarki CNC, 722-141-966.

OPIEKUNKI do Niemiec tel. 535 340 311
www.ambercare24.pl dzisiaj 70 ofert!

PRACA dla Opiekunów
w POLSCE z zamieszkaniami
u podopiecznego. Wymagane
kilkuletnie doświadczenie w opiece.
Promedica24.
Zadzwoń 501356445

PRACA w Niemczech dla
Opiekuna/ki Seniorów. Atrakcyjne
wynagrodzenie, szybkie wyjazdy,
pełna organizacja wyjazdu i pobytu.
Promedica24:505 337 777.

PRACOWNIKA ogólnobudowlanego
tel. 602-213-532.gk

PRALNIA Mielno zatrudni Kierowcę
kat. C tel: 94/318-94-41(pon.-pt. 7-15),
info@pralniamielno.pl

SERWISANTA elektryka. Słupsk,
601627996.

SPRZEDAWCA-BUFETOWA BAR
TWISTER, Słupsk.Tel: 691056 071

STOLARZA 14żt/h Mielno / Koszalin
695635293

STOLARZA lub pomocnika
z doświadczeniem na dobrych warunkach
zatrudni firma CyglerSTYL 694 439 510

TECHNIKA dentystycznego, pilnie,
Chałupy k. Koszalina, 662-298-251.

TERMOGAZ Sp. z o.o. zatrudni operatora
minikoparki oraz pracowników do
budowy sieci i przyłączy gazowych.
Wysokie wynagrodzenie, możliwość
zdobycia uprawnień. Tel.609-505-642

ZATRUDNIĘ hydraulika z prawem jazdy
508156786 K-lin

ZATRUDNIĘ w biurze z j. niemieckim
K-lin ul. 4 Marca tel. 533-650-089

SZUKAM PRACY

OPIEKUNKA osób starszych 502121652

HBPOs i MUENCJA pracy
(certyfikat nr 5950)
poszukuje do pracy w Niemczech:
HynRfilJUKOW. FIKFTmKOW. SUJSiRW.
SPiWBCZY DSKBRZY StOfifitV MAIfifitV
UKISBNIKOW. PiiMiCNiKfW
Mile widziana podstawowa znajomość j. niemieckiego
lub angielskiego
tel. 532-249-928
(ontakt: filia Koszalin ul. Adama Asnyka 5
zaczecinf. heraoq.com.pl)

Zdrowie

GINEKOLOGIA

515417467 Ginekolog -farmakologia

A-Z GINEKOLOG, 790-80-35-37

INNE SPECJALIZACJE

ALKOHOLOWE odtrucia 509-306-317.

OPIEKA

ALKOHOLIZM- leczenie, zastrzyki,
Esperal tel: 601-968-537

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

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

PRALKI Naprawa w domu. 603-775-878

PRALKI Naprawa w domu. 603-775-878

PRALKI, urządzenia elektr.,
gastronomiczne. Chłodnictwo.
507-380-118.

BUDOWLANO-REMONTOWE

BALUSTRADY bramy 602 825 699.

BUDOWA A-Z, koparka 510-857-537.

CYKLINOWANIE bezpył. 502-302-147

CYKLINOWANIE bezpył. 511-323-367

CYKLINOWANIE bezpyłowe
537583333

CYKLINOWANIE parkietu, układanie,
szczotkowanie, bejcowanie,
olejowanie, woskowanie, deski
dębowe lite i dwuwarstwowe.
facebook/Pardet 696727338

DACHY - dekarstwo 94/3412184

MALOWANIE remonty 500354255 GK

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

REMONTY,DOCIEPLENIA.SK

535471568

STANY surowe 94/3412184.

SUCHE zabudowy 94/341 2184.

INSTALACYJNE

ELEKTRYK Koszalin, 721-401-501.

GAZOWE -urządzenia, naprawa/
wymiana 606-579-846 GK

HYDRAULICZNE, tel. 607-703-135.

HYDRAULIKA 24h, inne, 798-618-871.

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE strychów, garaży
piwnic, wywóz starych mebli,
607-703-135

STOLARSKIE

RENOWACJE, stolarstwo 694917319

INNE

DETEKTYW-KOSZAUN.PL 602601166

Turystyka

KRAJ - GÓRY

KARPACZ 495 zł, 603-591-169.

Zwierzęta

INNE

SOKOŁÓW skup bydła, 500-277-836

Rolnicze

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI odchowane 784461566

KURKI odchowane, kaczki, gęsi,
indyki, perliczki, przepiórki. Dowóz.
600539 790

PROSIAKI sprzedam tel. 660-230-122.

Towarzyskie

ADA Słupsk, 513-751-832.

AKTYWNA dojrzała. 507-719-333. GK

ATRAKCYJNA dojrzała, 661177611.

BASIA Słupsk 797-221-767

KOSZALIN, 531-600-712.

SŁODKA Asia Koszalin 516603622

WIOLA po 40-tce. K-lin, 691-857-735.

ŻANETA 461,693-771-552 Koszalin

REKLAMA 008516037

Nadleśnictwo Białogard
ogłasza
na dzień **20.08.2018 r. godz. 9.00**
ustny przetarg nieograniczony na
sprzedaż samochodu
SUZUKI GRAND VITARA,
rok prod. 2009.
Cena wyw. **29500 zł**
Więcej inf. tel. **94 312 0720,**
www.bialogard.szczecinek.lasy.gov.pl

REKLAMA 008516699

OGŁOSZENIE O LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Sławnie Marcin Zenon Borek (tel./fax 59 810 21 62) ogłasza, że: dnia 17.09.2018 r. o godz. 9.30 w budynku Sądu Rejonowego w Sławnie, ul. Wojska Polskiego 8, w sali nr 1 lub 2, odbędzie się pierwsza licytacja prawa własności nieruchomości stanowiącej działkę gruntu nr 75/1 o pow. 0,8495 ha; 76-100 Sławno, Bobrowiczki, dla której Sąd Rejonowy w Sławnie IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr KW K01 E/00015891/8.

Suma oszacowania wynosi 211 000,00 zł, zaś cena wywołania jest równa 3/4 sumy oszacowania i wynosi 158 250,00 zł + PODATEK 23% VAT. Licytant przystępujący do przetargu zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. 21 100,00 zł w gotówce.

Zgodnie z przepisem art. 976 § 1 kpc w przetargu nie mogą uczestniczyć osoby, które mogą nabyć nieruchomości tylko za zezwoleniem organu państwowego, a zezwolenia tego nie przedstawiły, oraz inne osoby wymienione przy tym artykule.

REKLAMA 008518411

BURMISTRZ MIASTA DARŁOWO

informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Darłowie podano do wiadomości publicznej, na okres 21 dni wykazy stanowiące załączniki do następujących Zarządzeń Burmistrza Miasta Darłowo:

Nr GG.0050.2013.2018 z dnia 1 sierpnia 2018 r. - w sprawie ogłoszenia wykazu nieruchomości komunalnych, przeznaczonych do wydzierżawienia

Nr GG.0050.2014.2018 z dnia 1 sierpnia 2018 r. - w sprawie ogłoszenia wykazu nieruchomości komunalnych, przeznaczonych do wydzierżawienia na cele rolne i hodowlane

Nr GG.0050.2016.2018 z dnia 2 sierpnia 2018 r. w sprawie podania do publicznej wiadomości wykazu z nieruchomością przeznaczoną do sprzedaży w drodze przetargu ustnego nieograniczonego

Informacje szczegółowe można uzyskać w pok. Nr 26-27 Urzędu Miejskiego w Darłowie osobiście lub telefonicznie pod nr. 94-314-22-23 w. 242 lub 208.

REKLAMA 008472044

APARTAMENTY od 55 do 120 m². I LOKALE UŻYTKOWE

w Koszalinie przy ul. Zwycięstwa 109

Przedsiębiorstwo Budowlane „BUDOMAL”
ul. Franciszkańska 18, 75-254 Koszalin
tel. 94 341 12 91, e-mail: biuro@budomal.pl
www.budomal.pl

REKLAMA 008462284

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU
PREZYDENT MIASTA KOSZALINA

ogłasza przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości zabudowanej, stanowiącej własność Skarbu Państwa, położonej w Koszalinie przy ul. Lechickiej 4

obręb nr: 0022
działka nr: 99
powierzchnia działki: 2147 m²
powierzchnia użytkowa zabudowy: 1 206,88 m²
księga wieczysta nr: K01K/00043230/8
przeznaczenie nieruchomości: Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego: A.19.U – zabudowa usługowa oraz w części o powierzchni ca 0,02 ha, A.17.MW.U – zabudowa mieszkaniowa wielorodzinna z dopuszczeniem usług

cena wywoławcza: 873 000,00 zł
wadium: 873 000,00 zł
postąpienie minimalne: 8 730,00 zł

Przetarg zostanie przeprowadzony w dniu 11 września 2018 r. o godz. 10.00, w siedzibie Urzędu Miejskiego w Koszalinie, Rynek Staromiejski 8-7, sala klubowa B (niski parter). Zainteresowanym osobom nieruchomości opisana powyżej zostanie udostępniona do oglądania w dniu 28 sierpnia 2018 r. w godzinach 14.00 -15.00.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest:

- wniesienie wadium z zaznaczeniem adresu nieruchomości zabudowanej, najpóźniej do dnia 4 września 2018 r. włącznie, przelewem bankowym środków pieniężnych lub gotówką na rachunek bankowy Urzędu Miejskiego w Koszalinie mBank S.A. Oddział Korporacyjny w Koszalinie, ul. Okrzei 3: 78 1140 2118 0000 2444 4400 1304. Za datę wniesienia wadium uważa się datę wpływu środków pieniężnych na rachunek Urzędu Miejskiego w Koszalinie
- zgłoszenie uczestnictwa przez osoby, którym przysługuje prawo do rekompensaty z tytułu pozostawienia nieruchomości poza obecnymi granicami Rzeczypospolitej Polskiej w wyniku wypędzenia z byłego terytorium Rzeczypospolitej Polskiej lub jego opuszczenia w związku z wojną rozpoczętą w 1939 r., wraz z przedstawieniem oryginału zaświadczenia lub decyzji potwierdzającej prawo do zaliczenia wartości nieruchomości pozostawionych poza obecnymi granicami państwa polskiego oraz złożeniem pisemnego zobowiązania do uiszczenia kwoty równej wysokości wadium ustalonego w razie uchylenia się od zawarcia umowy, z zaznaczeniem adresu nieruchomości zabudowanej, najpóźniej do dnia 4 września 2018 r. do godziny 15.00 pisemnie w pokoju nr 324 Urzędu Miejskiego w Koszalinie;
- okazanie komisji przetargowej przed otwarciem przetargu dokumentów wskazanych w ogłoszeniu o przetargu.

Pełną informację dotyczącą przetargu zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego Koszalina w Wydziale Nieruchomości, II piętro, przy pokoju nr 238 oraz opublikowane na stronach internetowych: www.koszalin.pl – Dla inwestorów, <http://bip.koszalin.pl> – ogłoszenia Wydziału Nieruchomości.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Nieruchomości Urzędu Miejskiego w Koszalinie, II piętro, pokój 238, tel. 94 34 88 810, 94 34 88 819, e-mail: aleksandra.piesciuk@um.koszalin.pl. Zastrzega się prawo odwołania przetargu w przypadku zaistnienia ważnych powodów.

Z ŻYCIA GWIAZD

GWIAZDY

Aniston krytykuje Angelinę Jolie

Od prawie 2 lat trwa sprawa rozwodowa Angeliny Jolie i Brada Pitta. Kwestią sporną jest opieka nad dziećmi. Aktorka próbuje ograniczyć ich kontakt z ojcem. Podobno krytykuje takie zachowanie byłej żony Pitta, Jennifer Aniston. Jenuwa, że Angie powinna się wstydzić zacząć zachowywać jak dorosła osoba. Powinna robić to, co najlepsza matka dzieci i pójść na kompromis" - twierdzi informator hollywoodlode.com.



FOT. WIKIPEDIA/FACO

SHOW-BIZNES



FOT. KRAKEOTO/SPASH NEWS/EAST NEWS

Zniknęła, nie wystąpiła i wyrzucili ją z zespołu

Dziewczyna Macieja Maleńczuka Aneta Adamek została usunięta z zespołu Blade Loka. Zdecydowała o tym sytuacja na Pol'and'Rock Festival, kiedy to Adamek nie wyszła na scenę. W ostatniej chwili zgodziła się zastąpić byłą wokalistką grupy. Kolejny powód to krytyczny, a zdaniem zespołu kłamliwy wpis Adamek na Facebooku o wypowiedzi napytania fanów, czemu nie wystąpiła.

Ekspert o sukni, w której Krupa powiedziała „tak”

Izabela Janachowska, ekspert ślubny, z uznaniem wypowiedziała się o sukni ślubnej Joanny Krupy. Joanna wystąpiła w przepięknej sukni projektu Sylwii Romaniuk, która słynie raczej z bogato zdobionych projektów niż z zachowawczej klasyki. Prosta, elegancka kreacja wykonana z gładkiej tkaniny nie tylko przepięknie podkreślała figurę panny młodej, ale także świetnie się układała" - stwierdziła.

ZWIAZKI



FOT. ARCHIWUM

Kliczkoi Hayden Panettiere rozstali się

To rozstanie, o którym w mediach plotkowano od pewnego czasu, teraz już jest faktem. Piękna aktorka Hayden Panettiere i bokser Władimir Kliczko są rodzicami 4,5-letniej córki. Związek przetrwał już kilka burz. Jednak ostatnio paparazzi zrobili zdjęcia Hayden Panettiere już z nowym partnerem. Para trzymała się za ręce. W wywiadzie dla portalu „Radar Online” matka aktorki potwierdziła doniesienia o rozstaniu córki z Władimirem Kliczką.

TV HIT

FILM



Złap mnie, jeśli potrafisz

POLSAT 20:40
Dzięki niezwykłym zdolnościom do podrobienia podpisów na czekach Frank Abagnale gromadzi fortunę wartą miliony dolarów.

FILM



Męska rzecz

TVP 2 20:50
Paul (Jason Lee) przygotowuje się do ślubu z Karen (Selma Blair). Niefortunny koniec wieczoru kawalerskiego gwałtownie pogarsza relacje z przyszłymi teściami.



FILM



FILM

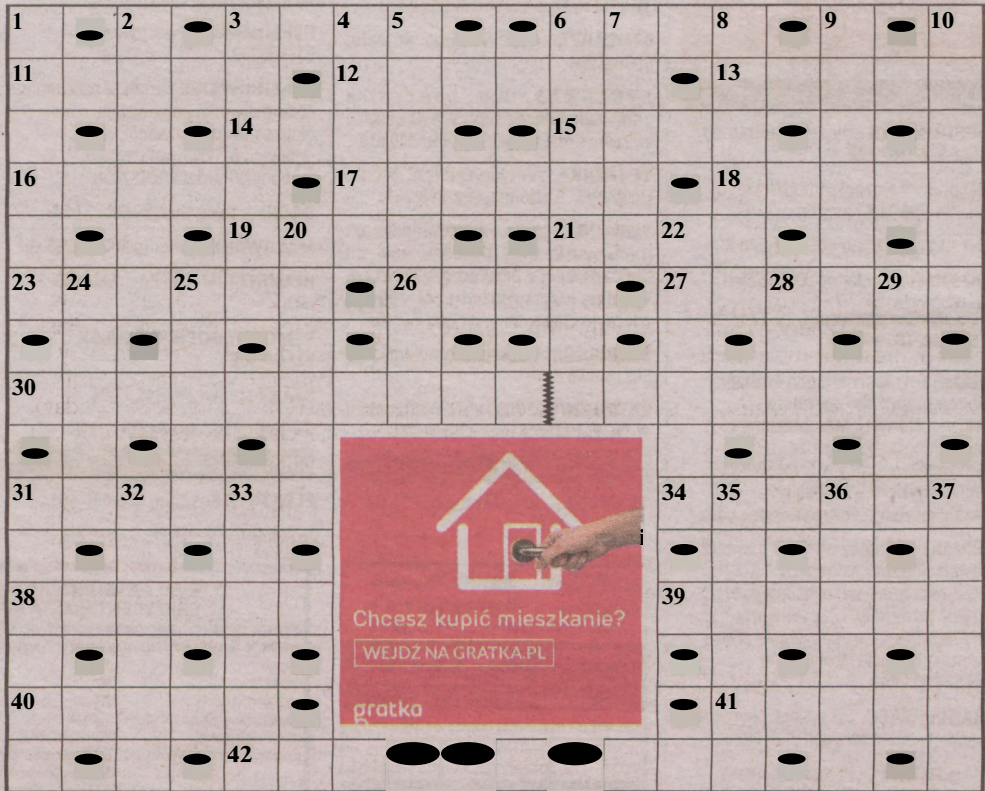
Krzyżówka nr 121

Poziomo:

- 3) płonie razem z czarownicą,
- 6) dno naczynia,
- 11) siedziba Zeusa i Hery,
- 12) kwili w gnieździe,
- 13) podpisuje angaż w teatrze,
- 14) dekoracyjny układ otworów w tkaninie,
- 15) składa się z jądra i elektronów,
- 16) wisi na słupie ogłoszeniowym,
- 17) straż przednia wojska,
- 18) współbrzmienie kilku dźwięków,
- 19) herbata z Paragwaju,
- 21) dekret lwana Groźnego,
- 23) zaczyn chlebowy,
- 26) imię Niemczyka, nieżyjącego już aktora,
- 27) podejmowane przez hazardzistę w kasynie,
- 30) kłamliwy atak przed wyborami na opozycję,
- 31) ukraiński samochód osobowy,
- 34) zespół komórek,
- 38) nie każda jest akcentowana,
- 39) gospodarka w odwrocie,
- 40) dziewczęca gra podwórkowa,
- 41) błogosławiony stan kobiety,
- 42) najwyższe pasmo Sudetów.

Pionowo:

- 1) przypadek w deklinacji,
- 2) fioletowy ślad po uderzeniu,
- 3) gwałtowny płacz połączony z łkaniem,
- 4) bonifikata dla hurtownika,
- 5) mierzy do tarczy,



Chcesz kupić mieszkanie?
WEJDŹ NA GRATKA.PL
gratka

- 6) poważanie, prestiż,
- 7) mały chłopiec, gotowąs,
- 8) „Pan ... komedia Józefa Blizińskiego,
- 9) dwie ... medalu,
- 10) początek potoku,
- 20) satelitarna na balkonie,
- 22) przyjemna woń,
- 24) żona proroka Mahometa,
- 25) dawny pracownik drukarni,
- 28) straszy nocą w starym zamczysku,

- 29) najgrubszy palec,
- 31) odłowiona i wypatroszona ryba,
- 32) Violetta, piosenkarka od hitu „Dla ciebie miły”,
- 33) naczynie do parzenia herbaty,
- 35) miasto Kabaretu Skeczów Męczących,
- 36) dawny pracownik drukarni,
- 37) nieprzyjemne wrażenie w ustach.

Rozwiązanie nr 120



Wydział pościgowy

TVN 21:30
Dwaj dyplomaci zostali zastrzeleni w gmachu ONZ w Nowym Jorku. Z miejsca zbrodni przestępca zabrał teczkę ze ściśle tajnymi dokumentami. Podejrzanie pada na Marka Robertsa, byłego agenta CIA.

Tajemnice Manhattanu

STOPKLATKA TV 21:55
Nowy Jork, połowa lat 90. Porter Wren, felietonista tabloidu, dostaje klucz do tajnego wideoarchiwum zmarłego reżysera. Dziennikarz nie przypuszcza, że stał się bohaterem sensacyjnego materiału.

HOROSKOP

Wodnik (20.01-18.02)

Jeżeli masz donadrobienia jakieś zaległości - dzisiaj jest dobry dzień na popychanie ich do przodu. Z niektórymi uda Ci się uporać dopiero wtedy, gdy poprosisz kogoś o pomoc.

Ryby (19.02-20.03)

Mów dzisiaj głośno o swoich potrzebach, oczekiwaniach i troskach. Działaj zdecydowanie, bozamiatanie problemów poddawanie się zleskończy ci tylko kłopoty.

Baran (21.03-19.04)

Chętnie przystaniesz dzisiaj na pomysły i propozycje zgłaszane przez inne osoby. Złatwośći* zrezygnujesz również ze swoich - jeśli zauważysz, że nie wszystkie były przemyślane.

Byk (20.04-20.05)

Możesz dzisiaj napotkać problemy w realizacji niektórych zaplanowanych zadań. To sprawi, że zrobi się wokół Ciebie trochę nerwowo.

Bliźnięta (21.05-21.06)

Uda się dzisiaj wygospodarować więcej czasu na odpoczynek. Spędzisz go w bardzo miłej atmosferze z bliskimi osobami.

Rak (22.06-22.07)

Spokój i harmonia. Nawet osoby, których zachowanie zazwyczaj gędenetwuje, nie będą wstanie wyprovokować dzisiaj z równowagi.

Lew (23.07-22.08)

Będziesz dzisiaj niedo pokonania. Nawet niech niktnie próbuje osiągnąć więcej. Ge-tóe, boztych wysłkówitaknienie wadzie.

Panna (23.08-22.09)

To, co dzisiaj powiesz albo zrobisz, może Cię narazić na słowokrytyki. Dlatego starannie dobieraj słowa, a zadań obarczonych ryzykiem niepowodzenia lepiej się nie podejmuj.

Waga (23.09-22.10)

Nieprzwiązując się do swoich dzisiejszych planów, bo niektórzy na pewno nie udu się zrealizować. Alenie wartosiętym prajmować.

Skorpion (23.10-21.11)

Tam, gdzie zazwyczaj można byłoby liczyć na wsparcie i zrozumienie, dzisiaj dostrzeżesz prajawę buntu. Tonie będzie mile doznanie...

Strzelec (22.11-21.12)

Twoja siła przekonywania i innych doswoich propozycji będzie bardzo wielka. Akceptację zyskają nawet najbardziej szalone pomysły.

Koziorożec (22.12-19.01)

Jeśli ktoś poprosi Cię o pomoc lub radę - nie odmawiaj. Twoje wsparcie może mieć właśnie wtedy znaczenie.



www.gp24.pl; www.gk24.pl; www.gs24.pl

Prezes oddziału Polska Press
Piotr Grabowski
Redaktor naczelny
Krzysztof Nalczyk
Zastępcy
Ylona Husam-Soboda
Marion Stefanowska (internet)

Dyrektor działu reklamy
Ewa Zelazko, tel. 94 347 35 27

Dyrektor tkanki
Stanisław Sikora, tel. 94 340 35 98

Dyrektor działu marketingu
Robert Gromowski, tel. 94 347 35 12

Prenumerata, tel. 94 347 35 37

Głos Koszaliński - www.gk24.pl
ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 99,
fax 94 347 35 40, tel. reklama 94 347 35 12,
redakcja.gk24@polskapress.pl,
reklama.gk24@polskapress.pl

Głos Pomorski - www.gp24.pl
ul. Henryka Pobożnego 19,
76-200 Słupsk,
tel. 59 848 8100, fax 59 848 8104,
tel. reklama 59 848 8101,
redakcja.gp24@polskapress.pl,
reklama.gp24@polskapress.pl

Głos Szczeciński - www.gs24.pl
ul. Nowy Rynek 3,
71-875 Szczecin,
tel. 91 481 133 00, fax 91 433 48 64,
tel. reklama 91 481 133 92,
redakcja.gs24@polskapress.pl,
reklama.gs24@polskapress.pl

ODDZIAŁ
Kolobrzeg
ul. Ratuszowa 3/13, 78-100 Kolobrzeg,
tel. 94 354 50 80, fax 94 352 71 49

Bytów ul. Wojska Polskiego 2, 77-100 Bytów,
tel. 59 822 60 B, tel. reklama 59 848 8101

Szczecinek ul. Plac Wolności 6, 78-400 Szczecinek,
tel. 94 374 88 18, fax 94 374 23 89

Świnoujście ul. Armii Krajowej 12,
72-600 Świnoujście, tel. 91 321 46 49,
fax 91 321 46 40, reklama tel. 91 578 47 28

Stargard ul. Wojska Polskiego 42, 73-110 Stargard,
tel. 91 578 47 28, fax 91 578 17 97,
reklama tel. 91 578 47 28

© - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artyku-
le, w szczególności przy Aktualnym Artyku-
le, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko
i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem
zamieszczonym na stronach www.gk24.pl/tresci.
www.gp24.pl/tresci, www.gs24.pl/tresci, i w zgodzie
z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Polskie Badania Czytelności



Nakład Kontrolowany ZDP

POLSKA
PRESS
GRUPA

WDAWCA
Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes zarządu Dorota Stanek
Wiceprezes zarządu Dariusz Świąder
Członek zarządu Paweł Filara
Członek zarządu Magdalena Chudzikiewicz

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bocheński
Dyrektor zarządcy
Sławomir Nowak, slawomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor zarządzający Nn reklamy
Maciej Kossowski
maciej.kossowski@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja All
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Joanna Pazio tel. 22 201 44 38, joanna.
pazio@polskapress.pl

Talizmanów nie nosi. rytuałów nie ma. Wierzy za to w siebie

Jakub Guder
jakub.guder@gazeta.wroc.pl

Lekkoatletyka

Jeszcze w poprzednim sezonie Paulina Guba tylko dwa razy osiągnęła granicę 18 metrów. Teraz może w Berlinie stanąć na podium w konkursie pchnięcia kulą.

Guba to pewnie nazwisko, które przeciętnemu kibicowi lekkoatletyki jeszcze w tamtym sezonie mówiło niewiele. Teraz warto je zapamiętać, bo Paulina Guba dziś ma olbrzymie szanse stanąć na podium mistrzostw Europy w pchnięciu kulą. Kto wie, może nawet zrobi zamach na rekord Polski?

Krajowy rekord (19-58) w czerwcu 1976 roku ustanowiła Ludwika Chęwińska. To najstarszy lekkoatletyczny rekord Polski. Guba w tym roku bardzo się do niego zbliżyła, bo na Memoriale Kamili Skolimowskiej w Cetniewie posłała kulę na odległość 19.38.

- Rekord Polski? Nie, nie! Ja tu nic nie zakładam. Chcę w środę wystąpić jak najlepiej, a jeśli przyniesie coś fajnego, to będziemy się cieszyć - mówiła po wtorkowych kwalifikacjach.

Wczoraj Polka sprawę załatwiła już w pierwszym podejściu. Minimum, by dostać się do finału, wynosiło 17.20, a ona uzyskała wynik 18.66.

- Myślę, że jest moc. To eliminacje. Rządzą się swoimi prawami. Chciałam to zrobić lekko i szybko i tak zrobiłam - podsumowała swój występ. Polka przyznała jednak, że ten etap rywalizacji jest chyba najbardziej stresujący dla każdego sportowca.



Paulina Guba nie ma jeszcze medalu mistrzostw Europy

- To, że jestem kandydatką do medalu, nie potęguje stresu. Bardziej denerwowałam się właśnie przed eliminacjami. Niby do finału było 17.20, a le to trzeba wymierzyć i pchnąć. Po pierwszym próbnym pchnięciu powiedziałam sobie: „Uuu! Dobrze mi idzie...” - opowiadała.

Przed jej startem były jednak pewne obawy, bo tydzień temu coś jej strzeliło w plecach. Zaczęła się walka z czasem. Na szczęście w Berlinie bólu już nie ma i widać, że przez kilka dni lepszych treningów forma nie uciekła. Tak właśnie myślałam, że to wszystko minie w niedzielę lub w poniedziałek tuż przed konkursem. Takie życie - skwitowała całą sytuację.

Guba sprawia wrażenie dziewczyny mocnej psychicznie, konkretnej, skupionej na celu. Noi przede wszystkim wyłuzowanej przed finałem. Nie nosi ze sobą żadnych talizmanów, nie ma wyuczonych rytuałów, niemyśli o rekordach i realnie ocenia swoje szanse. - Mam tylko bransoletkę na szczęście od mojej trenerki motorycznej. Niczego innego nie potrzebuję, bo jeszcze bym czegoś nie zabrała do koła i wtedy bym nierzuciła - śmieje się 27-latką, która ma olbrzymią szansę na pierwszy medal na imprezie tej rangi. Wcześniej stała na podium tylko na Uniwersjadzie.

Co się stało, że Guba zanotowała taki progres? Jaka sama wyjaśnia - poprawiła motorykę. Za-

częła też współpracę z psychologiem. - Wytrenowałam ciało to jedno, a głowę to drugie. Można pchać na treningach daleko, ale trzeba przysiąść i tyś sam pchnąć na zawodach - zauważa. Popracować musi jeszcze trochę na siłowni, chociaż nie kryje, że nie jest to jej ulubione miejsce podczas treningów. - Myślę, że tam jest duży zapas. Jak patrzę, na jakich ciężarach koleżanki robią rozruch, to ja jestem daleko wleś - uważa.

Berlin jest blisko, więc wielu naszych sportowców dopinguje na miejscu ich rodziny. Paweł Fajdek z awansu do finału rzutu młotem w poniedziałek cieszył się zeswoją 3-letnią córką. Guba wsparcia nie ma, z czego w sumie się... cieszy.

- To byłby dodatkowy stres. Przyzwyczaiłam się, że rodzice przyjeżdżają na mistrzostwa Polski, a le to byłaby już przesada - śmieje się. - Na pewno się denerwują. Będą oglądać zawody w telewizji - dodaje.

Jak sama mówi - do brązowego medalu prawdopodobnie nie trzeba będzie osiągnąć nawet granicy 19 metrów. Ona regularnie w tym roku pchnęła powyżej 18,5, a tę barierę w Europie - oprócz niej - przekroczyło jeszcze tylko pięć kulomiotek. - Zobaczymy jutro, czy medal to łatwy cel - uśmiecha się wesoło.

Poza zasięgiem wydaje się reprezentantka gospodarzy Christina Schwanitz, która złoto zdobyła zarówno dwa lata temu w Amsterdamie, jak i w 2014 roku w Zurychu. - Niemka jest nie do pokonania. Kibicuję jej, bo to fajna dziewczyna - mówi.

W finale zobaczymy dziś także drugą z Polek 22-letnią Klaudę Kardasz, która w eliminacjach pchnęła równo 18 metrów. Początek finału o godz. 20.09. Transmisje w Eurosporcie oraz na TYP. ©



Dwa lata temu Cichocka została mistrzynią Europy na 1500 m

Na 800 m z babami nigdy nic nie wiadomo

Lekkoatletyka

Jakub Guder
jakub.guder@gazeta.wroc.pl

Ar'eBca Cichocka i Anna Sabat są już w półfinale 800m. - Poprawiłam swój napepszywy ryk w tym sezonie, ale Kczęna więcej - mówi tapierwsza.

Uzyskała pani najtepszy czas w tym sezonie, więc już to pokazuje, że jest dobrze.

No tak. To świetna sprawa, że poprawiłam najlepszy wynik, ale liczę na więcej. Biegłam już po 1.58, więc wierzę, że nogi i głowa jeszcze pamiętają takie rezultaty i będę mogła to powtórzyć. Nie wiem tylko, czy w tym sezonie, czy w następnym. Został mi parę startów, ale ten jest najważniejszy. Bardzo dużo poświadczałam, żeby wrócić po ostatniej kontuzji na te mistrzostwa. To się udało, chociaż to nie jest celem samym w sobie.

Doświadczenie będzie miało wpółfinale znaczenie? Często bywa przecie żak. żeto biegi w Inmdzie są szybsze od półfinałów.

Dokładnie. To będą biegi na śmierć życia. Potem jest dzień przerwy. Dziewczyny są szalone. Działania kobiet nie da się przewidzieć. Starłam się dziś przeanalizować, jak mogą

ułożyć się serie, ale z babami nigdy nie wiadomo... (śmiech).

Pani jednak chyba lubi tę walkę na bieżni?

Pewnie, że tak. Jasię dotego przygotowywałam, poto trenuję. To jest ta adrenalina, którą się wydziela. Oczywiście jest ogromne zmęczenie, ale trzeba to w sobie przełamać. Nad tym się jednak pracuje latami. Wierzę w to, że będzie dobrze.

Upał w Berlinie bardzo przeszkadza?

Na szczęście we wtorek start był w cieniu. Potem słońce przywaliło trochę w twarz. Stadion jest duży, trybuny wysokie, więc wszystko jest bardziej zacienione. Teraz nie jest tak źle. Każdy jednak ma tak samo warunki. Nie ma sensu o tym myśleć.

WBerlinie na 800m mamy jeszcze mniej doświadczoną Annę Sabat. Prosiła o rady?

Czasu bardzo się zmieniają. Ja kiedyś byłam trochę zagubiona, niepewna siebie. Teraz dziewczyny, które wchodziły do biegania, to zupełnie inne pokolenie. Młódzież jest pewna siebie, waleczna, nie ma kompleksów. Myślę, że Ania wie, poto przyjechała. Wie, co robić. Nie musiała szukać we mnie oparcia. ©

Papier to jedno, bieżnia co innego. Tylko kto zastąpi Jakubę?

Lekkoatletyka

Jakub Guder
jakub.guder@gazeta.wroc.pl

Polscy 400-metrowcy są po pierwszym przetarciu w Berlinie. Do półfinału rywalizacji indywidualnej awansował Łukasz Krawczuk. Odpadł Dariusz Kowalik. Na start czeka Karol Zalewski.

Tutaj nie ma półśrodków - celem jest jak najlepszy występ w sztafecie. Krawczuk w trzecim swoim starcie na mistrzostwach Europy trzeci raz awansował do półfinału (czas -

46.17). - Za pierwszym razem skończyłem wtedy na szesnastym miejscu, potem byłem dwunasty, więc teraz bym wychodził, że wejść do ósemki - śmiało się namiecie. Ma jednak świadomość, że finał jest poza jego zasięgiem. Dariuszowi Kowalikowi do szczęścia zabrakło... 0.01 sekundy. Tyle szybszy był od niego Krawczuk. Najszybszy z naszych zawodników Karol Zalewski (w tym sezonie 45.15) rywalizację zacznie od półfinału, bo jest na tym dystansie wśród najlepszych dwunastu Europejczyków.

Chociaż pół roku temu na halowych mistrzostwach świata Polacy poprawili rekord globu, to teraz sytuacja jest zupełnie inna. W Berlinie nie ma bowiem lidera z Birmingham, Jakuba Krzewiny, który przez długą część sezonu zmagając się z kolejną kontuzją. - Nie da się zastąpić takiego Kuby, jakiego biegaliśmy w Zurychu czy w Birmingham - przyznaje otwarcie Krawczuk. - Jest nas tu sześciu do sztafety. Są chłopaki, które biegają w granicach 46.5 sek. Na papierze wyglądało tak, że faworytami do złota są Hiszpanie

i Belgowie. My będziemy bić się o brąz. Trener wyliczył, że mamy w tej chwili piątą średnią czasową. Papier jednak pokazuje jedno, a bieg co innego. W sztafecie jesteśmy silniejsi. To nasza siła. Mam nadzieję, że zaskoczemy kibiców - dodaje Krawczuk. Dowalki o podium powinni się włączyć jeszcze Brytyjczycy i Włosi.

Ciekawe też, kto może zastąpić Krzewinę na ostatniej zmianie. Jego waleczny charakter przydawał się w samej końcówce. Tego może nam brakować. - Trener mówił, że ma jakiś pomysł, ale jeszcze

nas nie wtajemniczył. Po biegach indywidualnych dowiemy się, co i jak - uśmiecha się sprinter Śląska Wrocław.

Oprócz trójki, która w Berlinie startuje indywidualnie, trener Józef Lisowski ma jeszcze do dyspozycji rutynowanego Rafała Omelkę, a także Kajetana Duszyńskiego i Mateusza Rzeźniczkę.

Bardzo dobrze w eliminacjach 400m przez płotki zaprezentowała się Joanna Linkiewicz, która broni zdobytego dwa lata temu srebra. Wygrała swój bieg z czasem 56.66. Półfinały dzisiaj o 19.05. ©

LOTTO

WTOREK, 07.08

MULTIMULTI - GODZ. 14.00
3,4,10,14,20,22,24,28,30,41,44,46,48,52,53,59,64,68,69,79 plus 4

KASKADA

3,5,6,9,10,11,12,15,17,21,22,23
PONIEDZIAŁEK. 06.08
MULTIMULTI - GODZ. 21.40
2,4,12,15,20,24,28,29,35,39,43,44,46,51,52,55,67,68,76,77 plus 46

KASKADA

1,4,7,8,9,13,14,15,16,18,22,24

EKSTRA PENSJA

10,14,20,25,31+3

MINI LOTTO

3,12,19,21,37

(STEN)

Astra Rokity była najlepsza



Pod siatką fotka uczestników turnieju w Czarnej Dąbrówce

Siatkówka

Krzysztof Niekrasz
krzysztof.niekrasz@polskapress.pl

Na boisku osiedlowym rozegrany został I Rekreacyjny Turniej Piłki Siatkowej o Puchar Dyrektora Gminnego Centrum Kultury i Biblioteki w Czarnej Dąbrówce. Udział wzięło 6 drużyn. Pogoda i humory dopisały. Była tylko dwukrotna przerwa z powodu obfitych opadów tak potrzebnego deszczu. Najpierw drużyny grały w dwóch grupach. Obowiązywał system każdy z każdym dodwóch wygranych setów (set rozgrywano do 21 punktów). Drużyny rywalizowały czwórkami.

W półfinałach drużyna Dzi-
ków pokonała Dzikie Koty 2:1,
a Astra okazała się lepsza od FC

Szczurki, wygrywając 2:1. Zwycięskie ekipy awansowały do finału i walczyły o trofeum. Wyniki meczów finałowych o poszczególne lokaty - pięć: sześć: Maślaki - Oldboys 2:0, 0 trzy - cztery: Dzikie Koty - FC Szczurki 2:0, o jeden - dwa: Astra - Dzikie 2:0. Triumfująca i zadowolona Astra Rokity występowała w zestawieniu: Kacper Smętach, Marcin Wolski, Mateusz Ostrowski, Oskar Cierzan. Dzikie Czarna Dąbrowka grały w składzie: Michał Gralak, Grzegorz Lejk, Julian Bielawa, Zbigniew Masowa, Krystian Jakubowski. Dla uczestników była to przednia zabawa, która mazaowocować organizacją kolejnego turnieju nazakończenie tegorocznych wakacji. ©®

Karol Milarex na trójkę, a Damnica na szóstkę

PUkanožna

Krzysztof Niekrasz
krzysztof.niekrasz@polskapress.pl

W trzecim sparingu piłkarze Karola Milareksu Peplino usiebie zmierzyli się z grającym w klasie A Klubem Sportowym Damnica. Niespodziewanie gospodarze doznali wysokiej porażki 3:6 po fatalnych błędach w defensywie. Trener Piotr Górniewicz miał kolejną okazję do sprawdzenia formy swoich podopiecznych. Trzeba jednak dodać, że z różnych powodów pepliński szkoleniowiec nie mógł skorzystać z usług kilku podstawowych graczy. W kolejnym sparingu drużyna Karola Milareksu zmierzy się w niedzielę (12.08) o godz. 18 z reaktywowanymi rezerwami słupskiego Gryfa, których szkole-

niowcem jest byłyreprezentant
Polski Paweł Kiyszałowicz.

**KAROL MILAREX PEPLINO-KLUB SPOR-
TOWY DAMNICA 3:6 (1-5)**

Bramki: 0:1 Krzysztof Kozłowski (7), 0:2 Radosław Baran (23), 1:2 Karol Petrus (34), 1:3 Krzysztof Kozłowski (36), 1:4 Krystian Wojciechowski (43), 1:5 Michał Musiał (44), 2:5 Robert Żaczek (73), 2:6 Piotr Zdun (79), 3:6 Konrad Kiełczykowski (87).

Karol Milarex: zawodnik testowany 1, Patryk Lubański, zawodnik testowany 2, Ziembiński, zawodnik testowany 3, zawodnik testowany 4, Górniewicz, Bewersdorff, zawodnik testowany 5, Gołąb, Karol Petrus. Na zmiany weszli: Gorzala, Grzybowski, Kamiński, Kiełczykowski, Kuźnia, Michał Lubański, Wasylko i Żaczek.

KS: Bączyk, Wrześniński, Marcin Wiśniewski, Krzysztof Wiśniewski, Neubauer, Michał Golański, Wojciechowski, Zdun, Jączyński, Kozłowski, Baran. Sędziowali: Wojciech Wit (jako główny), na liniach: Przemysław Pagacz (obaj Stupski), Jarosław Nowicki (Łosino). ©



Sparingi często kończą się niespodziewanymi wynikami. Karol Milarex (koszulki pomarańczowe) zagrał na trójkę. KS na szóstkę

Jesienne granie piłkarzy z IV ligi

1* Ska nožna

Krzysztof Niekrasz

krzysztof.niekrasz@polskapress.pl

W miniony weekend do rozgrywek sezonu 2018/2019 przystąpiły drużyny IV ligi z grupy pomorskiej. Wśród dziewiętnastu zespołów okręgu śląskiego mapięciu swoich przedstawicieli. Inauguracyjną kolejkę bardzo dobrze wspominać będą ustecki Jantar, słupski Gryf i bytowska Bytovia II. Te trzy ekipy zainkasowały komplet punktów. Połowiczny sukces, bo tylko remis zanotowały Anioły Garczegorze. Od falgstartu rozpoczęli zmagania futboliści lęborskiej Pogoni. Oto komplet wyników spotkań piłkarskich w 1. kolejce: GTS Kolbudy - Pogoń Lębork 3:1, Bytovia II Bytów - Jaguar Koszki 1:0, Wda Lipusz - Gryf Słupsk 1:4, Stołem Gniewino - Gedania Gdańsk 0:2, GKS Kowale - Grom Nowy Staw 1:2, Kaszubia Kościerzyna - Powiśle Dzierżoń 1:3, Jantar Ustka - Orkan Rumia 4:3, Anioły Garczegorze - Arka nGdynia 1:1. Mecz Lechia II Gdańsk - GKS Przodkowo rozegrany zostanie dzisiaj (8.08 - o godz. 17.30). Przedstawiamy pozostały terminarz gier, które odbędą siętej jesieni.

Kolejka n - 11/12.08: Pogoń - Arka n, Powiśle - Jantar, Grom - Kaszubia, Gedania - GOSRiT, Gryf-Stołem, Jaguar - Wda, GKS P. - Bytovia II, GTS - LechiaII, Anioły - Orkan. Pauza GKSK.

KolejkaHI - 15.08: LechiaII - Pogoń, Bytovia n - GTS, Wda - GKS P., Stolem - Jaguar, GOSRiT - Gryf, GKSK - Gedania, Jantar - Grom, Anioły - Powiśle, Arkan - Orkan. Pauza Kaszubia.

Kolejka IV-18/19.08: Pogoń-Orkan, Powiśle - Arka II, Grom - Anioły, Gedania - Kaszubia, Gryf - GKS.K., Jaguar - GOSRiT, GKS P. - Stołem, GTS - Wda, Lechia n - Bytovian. Pauza Jan-tar.

Kolejka V - 25/26.08: Bytówia II
- Pogoń, Wda - Lechia II, Sto-
lem-GTS, GOSRiT - GKSP., GKS
K. - Jaguar, Kaszubia - Gryf, Jan-
tar - Gedania, Arka n - Grom,
Powiśle - Orkan. Pauza Anioły.

Kolejka V - 1/2.09: Pogoń - Powiśle, Grom - Orkan, Gedania - Anioły, Gryf - Jantar, Jaguar - Kaszubia, GKSP. - GKS K., GTS - GOSRiT, Lechia II - Stołem, Bytovia n - Wda. Pauza ArkaEL

Kolejka VII-5.09: Wda-Pogoń, Stołem - Bytovia II, GOSRiT - Lechia II, GKS K. - GTS, Kaszubia - GKS P., Jantar - Jaguar, Anioły - Gryf, Arka II - Gedania, Powiśle- Grom.Pauza Orkan.

Kolejka VIII - 8/9.09: Pogoń - Grom, Gedania - Orkan, Gryf - Arka n. Jaguar - Anioły, GKS P.

Jantar, GTS - Kaszubia, Lechia
II - GKS K., Bytovia II- GOSRiT,
Wda - Stołem. Pauza Powiśle.

Kolejka IX - 15/16.09: Stołem - Pogoń, GOSRiT - Wda, GKS K. - Bytovia n, Kaszubia - Lechia II, Jantar - GTS, Anioły - GKS P., Arka II - Jaguar, Powiśle - Gedania, Gryf - Orkan. Pauza Grom.

Kolejka X-22/23.09: Gedania-Grom, Gryf- Powiśle, Jaguar - Orkan, GKS P. - Arka II, GTS - Anioły, Lechia II -Jantar, Bytovia II- Kaszubia, Wda -GKS K., Stołem- GOSRiT. Pauza Pogon.

Kolejka XI-29/30.09: GOSRiT-
Pogoń, GKS K. - Stołem,
Kaszubia - Wda, Jantar -
Bytovia II, Anioły - Lechia II,
Arka II - GTS, Powiśle - Jaguar,
Grom - Gryf, GKS P. - Orkan,
Pauza Gedania.

Kolejka XII - 6/7.10: Pogon-Gedania, Jaguar-Grom, GKS P. - Powisle, GTS - Orkan, Lechia II - Arka II, Bytovia II - Anioły, Wda - Jantar, Stołem - Kaszubia, GOSRiT - GKS K. Pauza Grvf.

.Kolejka Xffl-13/14.10: GKSK - Pogoń, Kaszubia - GOSRiT, Jantar - Stołem, Anioły - Wda, Arka II - Bytovia U, Orkan - Lechia n, Powiśle - GTS, Grom - GKS P., Gedania - Grvf. Pauza Jaguar.

Kolejka XIV - 20/21.10: Pogoń - Gryf, Jaguar - Gedania, GTS - Grom, Lechia II - Powiśle, Bytovia II - Orkan, Wda - Arka II, Stołem - Anioły, GOSRiT - Jantar, GKS K. - Kaszubia. Pauza - GKSP.

Kolejka XV - 27/28.10: Kaszubia
- Pogoń, Jantar - GKS K., Anioły
- GOSRiT, Arka II - Stołem, Orkan - Wda, Powiśle - Bytovia U,
Grom - Lechia n, Gedania - GKS
P., Gryf - Jaguar. Pauza GTS.

Kolejka XVI-3/4.11: Pogoń- Jaguar, GKS P. - Gryf, GTS - Gedania, Bytovia II - Grom, Wda - Powiśle, Stołem - Orkan, GOSRiT- Arka H, GKS K. - Anioły, Kaszubia - Jantar. Pauza [echiall].

Kolejka XVII - 10/11.11: Jantar - Pogoń, Anioły - Kaszubia, Arka D - GKS K., Orkan - GOSRiT, Powiśle - Stołem, Grom - Wda, Gedania - Lechia n, Gryf - GTS, Jaguar - GKS P. Pauza Bytovia n.

Kolejka XVIII-i7/18.ii:Pogoń
- GKS R, GTS- Jaguar, Lechian
- Gryf, Bytovia n- Gedania, Sto-
łem - Grom, GOSRiT -
Powiśle, GKS K. - Orkan,
Kaszubia - Arka II, Jantar -
Anioły. Pauza Wda.

Kolejka XIX - 24/25. U: Anioły - Pogoń, Arka n - Jantar, Orkan - Kaszubia, Powiśle - GKS K., Grom - GOSRIT, Gedania - Wda, Gryf - Bytovian, Jaguar - Lechia II, GKSP. - GTS. Pauza Stołem. Zapowiadają się spore emocje i kolejne niespodziewane rozstrzygnięcia. ©®

POGODA

[illegible]