

Zobacz, jakie imprezy są
w weekend - strona 8

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Sobota-niedziela 7-8 sierpnia 2021



Chirurdzy
w słupskim szpitalu
wykonali pierwszą
tak nowoczesną
operację.

STRONA 4

Zabytkowy dworek
to dziś zgłiszczca
zarośnięte
chaszczami. Serce
się kraje.

STRONA 7



magazyn rodzinny



Tornista
Rodzina
w pandemii.
Jak naprawiać
i rozstawać się
z głową

strona 04

Gwiazda

Maryla
Rodowicz
potrafi znaleźć
w sobie nowe
siły dodziałania.

strona 07



Kuchnia

Jedz pomidory.
Na surowo,
pieczone,
gotowane,
z puszki czy
suszone.

strony 05-06



Kilkaset osób szukało
w morzu 11-latka.
Powstały cztery
łańcuchy życia

strona 3

уццццццц

AUTOPROMOCJA



m y*
STAKO))

faserplast

KONMGT

SIERLRCCY

**AEROSOL
SERVICE**

0010184502

Pogoda w regionie

Dzisiaj

24°C

Wiatr
25 km/h
Uwaga
przejściowe
zachmurzenie

14°C

Niedziela

22°C i3c

Poniedziałek

22°C Bt

Wtorek

22°C 1«

fo

fo

Uwaga: przyjemnie, ale plażowej pogody nie widać

Prenumerata C Zadzwoń!

1 94 340 1114

•9 prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

Zaszczepionych ponad połowa mieszkańców

ZdnnieGtopsk

Grzegorz Hilarecki
grzegorz.hilarecki@polskapress.pl

W regionie słupskim w statystykach zakażeń ma coraz mniejszy problem z koronawirusem. oprócz Słupska. Tylko tutaj w tym tygodniu wykryto dwa nowe przypadki. Przybywa też osób na kwarantannie, chociaż w statystykach szczyt nasz miasto wygląda dobrze, to Ustka tuproduje.

W powiatach słupskim, lęborskim, bytowskim i człuchowskim z raportu na raport ubywa osób na kwarantannie, nie ma też nowych zakażeń. Testów wykonuje się dziennie od 200 do 300 w naszym regionie. Tylko w samym Słupsku w tym tygodniu potwierdzono dwa nowe przypadki koronawirusa. Obecnie w mieście na kwarantannie jest już 169 osób i ta liczba rośnie od kilkunastu dni. Natomiast w pozostałych powiatach naszego regionu maleje. Na przykład w powiecie słupskim spadła z 90 do 71, w człuchowskim z 61 do 47, bytowskim z 96 do 61.

Co ciekawe w Słupsku zaszczepiono ponad 45 tys.



FOT. KMP SŁUPSK

mieszkańców dwoma dawkami. Pierwszą przyjęło prawie 48 tys. Oznacza to, że 50,9 proc. mieszkańców jest już zaszczepionych. To 144 miejsce jeśli chodzi o procent zaszczepionych w polskich gminach. Tu liderem w regionie jest Ustka. W tym mieście wpłynęło zaszczepiono 8.028 osób, czyli 52,8 mieszkańców (86 miejsce w Polsce jeśli chodzi o gminy). Patrząc na gminy wiejskie powiatu słupskiego największy odsetek zaszczepionych jest w Kobylnicy - 43,2 proc. Najmniej - 32 proc. w Głównicy. ©®

Pożar silosa ze zbożem w Podolu Wielkim

Gmina i Główny Kf
Grzegorz Hilarecki
grzegorz.hilarecki@polskapress.pl

Dwa zastępy Państwowej Straży Pożarnej i strażacy ochotnicy z OSP Głównicy walczyły z pożarem w Podolu Wielkim. Palili się silosy ze zbożem.

- Zgłoszenie odebraliśmy o godzinie 6.24. Namiejsce ruszyły dwa zastępy PSP i ochotnicy z Głównicy. Płonie 30 m. szes. zboża. W pożarze niknie uciarpiał. Sytuacja jest pod kontrolą, ale silos cały czas płonie. Na miejsce jedzie też komendant słupskiej straży - informowała z samego rana kapitan Iwona Lenart ze słupskiej Komendy Państwowej Straży Pożarnej.

Przypomnijmy, w ubiegłym roku, 25 zastępów strażaków z jednostek z kilku powiatów w województwie pomorskim gasiło pożar na terenie gorzelnii w Podolu Wielkim w gminie Głównicy. Dym dostrzeżono w piątek około godz. 18.30, a walka z żywiołem trwała całą noc i ranek.



FOT. WOJCIECH SZOSTAK

To już tradycja w Słupsku, że od wielu lat w okresie wakacyjnym odbywa się koszykarski turniej na Orliku

Wtedy ogień pojawił się jednocześnie w dwóch oddalonych od siebie miejscach, na dwóch stertach słomy, z których jednak sąsiadowała z budynkami gospodarczymi, a druga znajdowała się pod dachem wiatu. Jak relacjonowali strażacy, ogień poważnie zagrażał budynkom produkcyjnym gorzelnii i suszarni, w tym ogromnym zbiornikiem z gazem. Dotego działaniagaśnicze utrudniał silny wiatr.

Ze względu na olbrzymie rozmiary pożaru i niebezpie-

czeństwo eksplozji na miejsce wzywano wciąż kolejne zastępy ratowników, najpierw z powiatu słupskiego, a potem również Lęborka, Bytowa i Wejherowa. W akcji uczestniczyły także jednostki OSP Potęgowa, Łupawa, Głównicy, Wejherowo, Bytów, Sierakowo. Wodę dowożono również prywatnymi beczkowozami użyczonymi przez okolicznych rolników. Działania koordynował komendant wojewódzkiej PSP.

Strażakom wtedy udało się obronić budynki. O®

Srebrna Tabakiera Abrahama

Okłaski

Wojciech Nowak
wojciech.nowak@polskapress.pl

Wręczono medale „Srebrna Tabakiera Abrahama”. Oznaczenia wręczane są przed gdyniński oddział Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego od 1994 roku. W tym roku było troje laureatów, w tym jeden ze Słupska.

Nagrodę w postaci „Srebrnej Tabakiery Abrahama” wręczane są pisarzom, działaczom, muzeom czy zespołom tanecznym i muzycznym za wkład w kulturę Kaszub. Uroczystość odbyła się w sali Cechu Rzemiosła w Gdyni, a rozpoczęła ją od wprowadzenia sztandarów i odegraniu hymnu kaszubskiego. Następnie przywitano przybyłych gości, wręczono legitymacje członkowskie nowym członkom ZK-P, a na koniec uhonorowano tegorocz-

nych laureatów „Srebrnej Tabakiery Abrahama”: Marzenę Graczyk - muzyk i dyrygentkę Chóru Rumianie, o. prof. Adama Ryszarda Sikorę OFM - tłumacza Pisma Świętego na język kaszubski oraz Alfonsa Klepina - działacza kaszubskiego ze Słupska. Nagrodzonymu ze

Słupska Alfonsowi Klepinowi towarzyszyli Marek Goliński, wiceprezydent Słupska a także członkowie słupskiego oddziału Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego - prezes Karolina Keller, wiceprezes Anna Wróbel oraz członek zarządu ZK-P w Słupsku, Zenon Majkowski.



FOT. ALEKSANDRA MAJOWSKA

Srebrna Tabakiera Abrahama dla Alfonsa Klepina ze Słupska to duże wyróżnienie i zaszczyt. Gratulujemy!

DYŻURNY GP

Czytelnicy Głosu Pomorza czeka redaktor dyżurny pod numerem telefonu 510 026 924. Ze względu na pandemię nie spotykamy się w redakcji

Wojciech Nowak
wojciech.nowak@gp24.pl

KALENDARZ

7 sierpnia

1815

Napoleon Bonaparte odpłynął na pokładzie brytyjskiego statku HMS „Northumberland” na zesłanie na Wyspę Świętej Heleny.

tsse

Do Australii przybyli pierwsi polscy osadnicy.

1905

Austriacy przekazali opuszczony przez ich oddziały wojskowe Zakam Wawelski władzom cywilnym.

008

W Austrii odkryto figurkę Wenus z Willendorfu sprzed 22000-24000 lat.

1912

Austriacki fizyk Victor Franz Hess w czasie lotu balonem odkrył promieniowanie kosmiczne.

LOTTO

05.08.2021r., godz. 2130

Lotto: 13, 21, 28, 29, 34, 35

Lotto Plus: 5, 9, 14, 15, 27, 35

Multi Multi: 5, 7, 9, 13, 20, 21, 24,

25, 30, 37, 42, 50, 52, 55, 60, 65,

68, 69, 73, 77 Plus 68

Ekstra Pensja: 11, 23, 25, 30, 33 +1

Ekstra Premia: 9, 16, 23, 31, 35 +3

Mini Lotto: 7, 13, 25, 31, 41

Kaskada: 3, 4, 7, 9, 10, 14, 15, 18, 20,

22, 23, 24

Super Szansa: 5, 6, 7, 7, 2, 9, 9

02.08.2021r., godz. 14

Multi Multi: 1, 15, 16, 17, 20, 22, 23, 28,

32, 34, 36, 37, 44, 47, 60, 64, 73,

74, 76, 80, Plus 44

Kaskada: 3, 4, 6, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 20,

22, 24

Super Szansa: 1, 1, 4, 3, 7, 1, 2

WALUTY 6-08-2021

USD	3,8519(+)
EUR	43495 }
CHF	4,2422 -)
GBP	5,3612(+)

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego

(-) spadek ceny w stosunku do notowania poprzedniego

AUTOPROMOCJA

W

MK
MARKOS

INVEST HOUSE

WORT HINGTON
WOSTAITS

NORD EXPRESS

PCH

felizajob

TW TrjuL fir WUK, tLZ, WWZt
LariyprjJU/ cUcoję!tel. 697770173
Wioletta Antonowska

0410184516

Poszukiwania jedenastolatka w morzu



Strzałki wskazują, nie na ostrogi, ale na łańcuchy życia...

Kilkuset plażowiczów włączyło się do pomocy, tworząc cztery ogromne łańcuchy życia

Magdalena Olechnowicz
inmagdalena.olechnowicz@gp24.pl



Pomorzę Łebo

W czwartek, 5 sierpnia, o godz. 14 do ratowników na plaży

strzeżonej w Łebie zgłosiła się zrozpaczona matka. Była w wodzie z 11-letnim synem. Wyszła z wody, zostawiając go samego w morzu, agdy wróciła, syna już nie było...

Ratownicy przystąpili do poszukiwania najbardziej niebezpiecznych miejsc przy ostro-

gach. Równocześnie stworzono łańcuchy życia w celu przeszukania całego obszaru kąpieliska. Powiadomiono pozostałe służby z prośbą o pomoc. Do akcji poszukiwawczej włączyli się Morska Służba Poszukiwania i Ratownictwa, SAR Łeba, Ochotnicza Straż Pożarna w Łebie, Policja Łeba, PSP Lębork.

Kilkuset plażowiczów włączyło się do pomocy, tworząc cztery ogromne łańcuchy życia.

- Ramię w ramię, dłoń w dłoń, przeczyszczyli wyznaczony obszar. Chęć pomocy, zaangażowanie i działanie wszystkich na plaży, by ratować drugiego człowieka za-

piera dech w piersi, budzi podziw i ogromny szacunek. Po 40 minutach prowadzonych działań dociera informacja, że poszukiwany chłopiec znalazł się cały i zdrowy w hotelowym pokoju. Dzisiejszy dzień zakończył się szczęśliwie - mówi Kacper Treder, koordynator ratowników WOPR w Łebie. - Pro-

simy, pilnujcie swoich dzieci, nie spuszczać ich z oczu nawet na chwilę. Dzisiaj postawiono na nogi wszystkie możliwe służby, zaangażowało się setki plażowiczów. A wystarczyło tylko pilnować swoich najbliższych... Dziękujemy za pomoc plażowiczom oraz dysponowanym służbom.

AUTOPROMOCJA

0110230865



• fu
5 września 2021 r.
start godzina HMO
miejsc: Stadion Słupski
ul. Młodzieżowa 4
zapraszamy
dzieci
od 3 do 9 lat!

Szczegóły w codziennym wydaniu „Głosu Pomorza” oraz na stronie www.gp24.pl/rowerkisłupsk

Organizator:

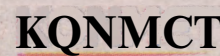
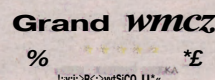
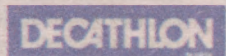
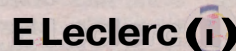
Mecenas:

Partner główny:

Partnerzy:



DRUTEX



Pierwsza tak specjalistyczna operacja bariatryczna dla pacjentów otyłych

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@gp24.pl

Zdrowie

Chirurdzy ze słupskiego szpitala wykonali pierwszy zabieg minigastric bypass, czyli kolejną operację po rękawowej resekcji żołądka z powodu otyłości u pacjentki, która przytęła po zabiegu.

Operacje bariatryczne, czyli rękawowego zmniejszenia żołądka u osób walczących z otyłością, w słupskim szpitalu przeprowadzane są od trzech lat. Rocznie wykonuje się ich około 100-120.

- Niestety, u 10-15 proc. osób z patologiczną otyłością waga po kilku latach wraca. Wówczas potrzebny jest ponowny zabieg. Już nieco inny i bardziej specjalistyczny - mówi dr Jarosław Feszak, lekarz z Ośrodka Koordynowanej Opieki Bariatrycznej w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym. Janusza Korczaka w Słupsku.



Operacje bariatryczne, czyli rękawowego zmniejszenia żołądka u osób walczących z otyłością, w słupskim szpitalu przeprowadzane są od trzech lat. Rocznie wykonuje się ich około 100-120. Niestety, bywa, że problem otyłości wraca

Tak było u 30-letniej pacjentki, która rękawową resekcję żołądka, czyli zmniejszenie żołądka przeszła trzy lata temu w Wejherowie, a poroku od niej zaczęła tyć. Jej BMI wyniosło 43 (prawidłowy wskaźnik masy ciała wynosi 18,5-24,9)

Informację o słupskim ośrodku znalazła w internecie i tu

zgłosiła się po pomoc. Przypominajmy, że w słupskim szpitalu w ramach Koordynowanej Opieki Bariatrycznej chirurdzy współpracują z zespołem anesteziologów, dietetyków, psychologów rehabilitantów. Dopiero praca ich wszystkich z pacjentem składa się na sukces - doprowadzenie do zabiegu i u-

trzymanie ponim prawidłowej masy ciała.

- Pacjencie zaproponowaliśmy zabieg zwany minigastric bypass, a polegający na wyłączeniu części jelita z pasaży pokarmowego, dzięki czemu wchłanianie jest mniejsze - mówi dr Jarosław Feszak.

To drugi etap wysokospecjalistycznych operacji w zakresie leczenia otyłości.

- Można je stosować właśnie po powrocie do dużej wagi po operacji resekcji żołądka, ale też jako pierwotne zabiegi u chorych z dużymi obciążeniami internistycznymi, np. cukrzycą, zaawansowaną chorobą

refleksową, czy bezdechem sennym - tłumaczy lekarz.

W Polsce z około 40 ośrodków wykonujących resekcję rękawową, tylko nieliczne stosują tak zaawansowane procedury, a słupski szpital właśnie do nich dołączył.

- Dzięki przychylności zarządu szpitala stale rozwijamy Ośrodek Koordynowanej Opieki Bariatrycznej. Właśnie jesteśmy w trakcie aplikowania do ministerialnego programu KOS BAR (bariatryczna koordynowana opieka specjalistyczna). Dzięki temu uzyskamy dodatkowe pieniądze i możliwość uczestniczenia w najlepszych szkoleniach bariatrycznych - mówi dr Feszak. - Ponadto już we wrześniu w słupskim szpitalu odbędzie się cykl wysokospecjalistycznych szkoleń w zakresie operacji bariatrycznych dla lekarzy Oddziału Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej, które poprowadzą mistrzowie w tej dyscyplinie: dr Krzysztof Kaseja, dr Andrzej Kwiatkowski i prof. Wiesław Tarnowski.

Rozwój bariatrii wspiera zarząd słupskiego szpitala. ©

Niebezpieczne zachowania motocyklistów na drogach powiatu słupskiego. Policjanci bezustannie walczą z brawurą i głupotą

Bezpieczeństwo

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Zachowania motocyklistów na drodze są kontrolowane niemalże każdego dnia. Pod lupą policjantów słupskiej drogówki są pasjonaci dwóch kółek, którzy nieprzeznaczają przepisów drogowych.

Ci, którzy rażąco je naruszają, ponoszą konsekwencje nie tylko prawne, ale niekiedy tracą zdrowie i życie. Ku przestrodze policjanci przedstawiają kilka niebezpiecznych zachowań, które mogły doprowadzić do tragedii i przypominają o zdarzeniach z udziałem motocyklistów.

Bezpieczeństwo na drodze jest priorytetem dla policjantów słupskiej drogówki, którzy każdego dnia interweniują w kilkudziesięciu przypadkach. Funkcjonariusze niedają przyzwolenia na brawurę i stanowiączo reagują na zachowania wykraczające poza normy prawne. Wśród kontrolowanych pojazdów są motocykle, których właściciele niekiedy rażąco naruszają przepisy ruchu drogowego bądź są sprawcami wypadków.



Wśród kontrolowanych pojazdów są motocykle, których właściciele niekiedy rażąco naruszają przepisy

W ostatnim czasie policjanci słupskiej drogówki ujawnili ponad 70 wykroczeń popełnionych przez motocyklistów. Wobec 16 z nich sporządzili wnioski o ukaranie do sądu, na 40 nałożyli mandaty karne, a w 17 przypadkach pouczyli. Biorąc pod lupę wydarzenia z minionego roku, okazuje się, że doszło do 7 wypadków drogowych, w których 4 osoby zostały ranne, a 3 poniosły śmierć.

Przyglądając się rażącym naruszeniom, warto przypomnieć o kilku interwencjach z ostatnich miesięcy:

02 grudnia 2020 r. - Poszukiwany listem gończym 30-latek, który w Redzikowie popełnił kilka wykroczeń, nie zatrzymał się do kontroli i jechał z prędkością 180 km/h.

- 30 grudnia 2020 r. - w Darżynie 19-latek nie zatrzymał się do kontroli. Mężczyzna nie



Policjanci ujawnili ostatnio ponad 70 wykroczeń popełnionych przez motocyklistów. Wobec 16 sporządzili wnioski o ukaranie do sądu, na 40 nałożyli mandaty karne, a 17 pouczyli

miał uprawnień do kierowania, uciekając, uszkodził radiowóz.

- 18 kwietnia br. w Słupsku policjanci zatrzymali w pościgu 37-latkę, który w organizmie miał ponad 2,5 promila alkoholu, miał orzeczony dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów, a stan techniczny jego motocykla budził poważne zastrzeżenia. W trakcie ucieczki mężczyzna też uszkodził radiowóz. - 19 kwietnia br. w Głęb-

nie policjanci zatrzymali w pościgu 47-latkę, który jechał z nadmierną prędkością i popełniał inne wykroczenia, a jednocześnie nie reagował na sygnały wydawane przez policjantów do zatrzymania. Okazało się też, że wsiadał za kierownicę pomimo braku uprawnień.

To tylko niektóre z zdarzeń z udziałem motocyklistów, którzy swoim zachowaniem

na drodze stwarzali realne zagrożenie dla siebie i innych uczestników ruchu drogowego. Policjanci zaznaczają o braku akceptacji niebezpiecznych manewrów i zapowiadają, że w dalszym ciągu, nawet narażeniem swojego życia i zdrowia będą konsekwentni w działaniach zmierzających do poprawy bezpieczeństwa na drodze.

©

Orlen proponuje pomoc Kryscinie Cimanouskiej

Warszawa

Maciej Badowski
m.badowski@polskatimes.pl

- Złożyliśmy Kryscinie Cimanouskiej propozycję wsparcia ze strony PKN Orlen - poinformował w piątek prezes PKN Orlen Daniel Obajtek. Białoruska biegaczka od środy przebywa w Polsce.

„Wczoraj złożyliśmy Kryscinie Cimanouskiej propozycję wsparcia ze strony PKN ORLEN. Będziemy zaszczyceni, jeśli przyjmie zaproszenie do TeamORLEN. Solidarnie gramy w jednej drużynie!” - poinformował za pośrednictwem Twittera prezesa PKN Orlen Daniel Obajtek.

Piotr Pogorzelski, współpracownik portalu Biełsat, w piątek w polskim Radiu 24 przyznał, że gdyby Kryszczina Cimanouska wróciła na Białoruś, to jej kariera sportowa byłaby zagrożona. - Zapowiadano wykluczenie jej reprezentacji. To minimum, reżim w Mińsku jest w stanie zrobić o wiele więcej ludziom, którzy są wobec niego nieposłuszni - mówił.

Przypomniał także, że na czele białoruskiego komitetu olimpijskiego stoi najstarszy syn Łukaszenki. - Cimanouska, która skrytykowała działalność urzędników sportowych, uderzyła w otoczenie Aleksandra Łukaszenki, jego syna i pośrednio w niego - mówił.



Kryszczina Cimanouska znalazła się na ustach świata

- Cieszę się, że tutaj jestem. Dziękuję wszystkim, którzy mnie wspierali, dzięki wam czuję się silniejsza - mówiła Cimanouska podczas czwartkowej konferencji prasowej. - Chciałabym podziękować Premierowi RP i Prezydentowi RP oraz wszystkim tym, którzy umożliwili mi lot do Polski. Dziękuję Zespołowi Zarządzania Kryzysowego i wszystkim tym, którzy mnie wspierali przez cały czas - dodała Cimanouska.

24-letnia zawodniczka miała wystartować na Olimpiadzie wbiegana 200 metrów, ale przedstawiciele zespołu białoruskiego próbowali się odesłać ją z powrotem na Białoruś wbrew jej woli, po tym, jak skrytykowała władze sportowe.

Izba Dyscyplinarna Sądu Najwyższego zawieszona

Maciej Badowski
m.badowski@polskatimes.pl

Warszawa

Pierwsza prezes Sądu Najwyższego Małgorzata Manowska wydała zarządzenia zawieszające pracę Izby Dyscyplinarnej Sądu Najwyższego. To odpowiedź na orzeczenie TSUE z połowy lipca. - Nie będę komentował decyzji pierwszej prezes Sądu Najwyższego - przyznał rzecznik Sądu Najwyższego Aleksander Stepkowski.

Na stronie Sądu Najwyższego opublikowano dwa zarządzenia pierwszej prezes Sądu Najwyższego Małgorzaty Manowskiej - w których częściowo zamroziła pracę Izby Dyscyplinarnej. Dotyczy to spraw, które będą do niej wpływać.

- Zarządzenie ma na celu m.in. „dobro Rzeczypospolitej Polskiej, jej suwerenności i tożsamość konstytucyjną, gwarantującą ochronę praw człowieka i podstawowych wolności w zakresie nie mniejszym niż wynikający z członkostwa Polski w Unii Europejskiej oraz w Radzie Europy” - czytamy w dokumencie.

Ponadto w dokumencie czytamy, że sprawy dyscyplinarne sędziów oraz sprawy imunitetowe sędziów i proku-



Minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro nie jest zadowolony z ostatniej decyzji pierwszej prezes SN

ratorów „będą przechowywane przez Sekretariat Pierwszego Prezesa Sądu Najwyższego”. W przypadku spraw, które wpłynęły do Izby Dyscyplinarnej, prezes „rozważy ich przechowywanie w sekretariacie Izby bez przydziału sędziom”.

- Nie będę komentował decyzji pierwszej prezes Sądu Najwyższego Małgorzaty Manowskiej. To jest jej rola, żeby kierować Sądem Najwyższym - powiedział w piątek w TVN24 sędzia Paweł Styrna, przewodniczący nowej Krajowej Rady Sądownictwa. - Nie jest rolą Krajowej Rady Sądownictwa, żeby sprawowała nadzór nad Sądem

Najwyższym i komentowała decyzje pierwszej prezes Sądu Najwyższego - dodał.

Minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro w rozmowie z „Rzeczpospolitą” przyznał, że „prezes Manowska w krótkim czasie wydała wiele całkowicie wykluczających się oświadczeń”.

Szef resortu sprawiedliwości dodał, że „patrzy na to z wielkim smutkiem”. - Nie da się tego bronić i udawać, że takie zachowanie dodaje powagi Sądowi Najwyższemu. A wystarczyło, by pani pierwsza prezes stała na gruncie obowiązującego prawa - skomentował. - Tym bardziej, że organy UE sto-

suja wobec Polski podwójne standardy - dodał.

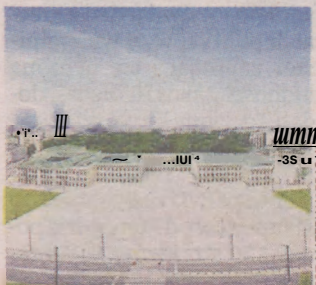
- Dlaczego jako Polacy mamy się godzić na gorsze traktowanie?! Do tego sprowadza się główny punkt sporu, a nie tylko do kwestii organizacji Sądu Najwyższego. TSUE mówi, że tego, co wolno Niemcom, Holendrom czy Hiszpanom, nie wolno Polakom. To kolonialna mentalność, która nie ma nic wspólnego z prawem. Jacek Saryusz-Wolski trafnie określił ją jako „euroracizm” - stwierdził w rozmowie z „RZ”.

W połowie lipca br. Trybunał Sprawiedliwości UE wydał dwa orzeczenia - jedno dotyczące samej Izby Dyscyplinarnej Sądu Najwyższego, a drugie odpowiedzialności dyscyplinarnej sędziów.

14 lipca TSUE wydał orzeczenie zobowiązujące Polskę do „natychmiastowego zawieszenia” stosowania przepisów krajowych odnoszących się w szczególności do uprawnień Izby Dyscyplinarnej Sądu Najwyższego. To środek tymczasowy zastosowany do czasu zakończenia innego postępowania wobec Polski, prowadzonego na wniosek Komisji Europejskiej.

Ogłoszoną decyzję TSUE podjęła wiceprezes Trybunału, Rosario Silva de Lapuerta. Tego samego dnia Trybunał Konstytucyjny orzekł, że środki tymczasowe TSUE są niezgodne z polską konstytucją.

Z KRAJU



Warszawa Senat „za” odbudową Pałacu Saskiego

Senat przyjął w piątek ustawę o przygotowaniu i realizacji inwestycji w zakresie odbudowy Pałacu Saskiego. Inwestycja ma kosztować 2 mld zł. Za ustawą głosowało 49 senatorów, przeciwko było 34, a 15 wstrzymało się od głosu. Teraz ustawa wróci do Sejmu. Wśród poprawek znalazł się zapis uzupełniający skład Rady Odbudowy opiewający marszałka Senatu, poprawki mierzące do tego, aby decyzję o ustaleniu lokalizacji inwestycji wydawano po uzgodnieniu z prezydentem m. st. Warszawy. (AIP)

Warszawa

Premier zdymisjonował, wicepremier powołał

Jarosław Gowin powołał w piątek Annę Kornecką na funkcję pełnomocnika ministra do spraw inwestycji i Zielonego Ładu. Przypominajmy, że w środę Anna Kornecka została zdymisjonowana przez premiera Mateusza Morawieckiego z funkcji wiceministra rozwoju. W sobotę zaplanowano zarząd krajowy Porozumienia, partii Jarosława Gowina, do której należy Anna Kornecka. (AIP)

Zakopane

Do Morskiego Oka rekordowo dużo chętnych

3 sierpnia 2021 r. na szlak do słynnego tatrzańskiego stawu weszło ponad 15 tys. turystów. - To rekord. Nigdy wcześniej takich tłumów na tym szlaku nie było - przyznaje Szymon Ziobrowski, dyrektor Tatrzańskiego Parku Narodowego. Tylko w lipcu na tatrzańskie szlaki weszło aż 769 651 turystów. (AIP)

Nowy wariant koronawirusa o nazwie Lambda jest już w Polsce!

Warszawa

Maciej Badowski
m.badowski@polskatimes.pl

Wiceminister zdrowia Waldemar Kraska w rozmowie z TVP Info przyznał, że w Polsce stwierdzono trzy przypadki zakażenia wariantem Lambda koronawirusa. - Nie widzimy, żeby ten wariant był tak aktywny i bardziej zakaźny jak wariant Delta - stwierdził.

Waldemar Kraska poinformował, że w Polsce stwierdzono trzy przypadki zakażenia wariantem Lambda koronawirusa. Dodał jednocześnie, że wariant ten „nie jest tak aktywny i bardziej zakaźny jak wariant Delta”. - Myślę, że nie będzie się rozprzestrzeniał z taką siłą - dodał Kraska.

Zaznaczył także, że w przypadku klasycznego wariantu ko-



Wakacje trwają w najlepsze. Niewiele z nas myśli o zagrożeniu czwartą falą pandemii

ronawirusa potrzebowano 60 proc. odporności zbiorowej, natomiast w przypadku wariantu Delta „epidemiolodzy mówią o dużych procentach wyszczepialności, odporności populacyj-

nej - na poziomie nawet 90 procent”. Wiceszef Ministerstwa Zdrowia zapewnił, że jego resort „monitoruje nowe przypadki zakażenia tym wariantem oraz nowe mutacje”.

- Mamy rekomendację Rady Medycznej, by rozważyć podanie trzeciej dawki szczepionki przeciwko COVID-19 w tych grupach, które są najbardziej narażone na ryzyko - przyznał w czwartek w RMF FM minister zdrowia Adam Niedzielski.

Jednocześnie stwierdził, że „cały czas ma badania, któreby pokazywały przyrost skuteczności, czyli pewną wartość dodaną wynikającą ze zderzenia się nowymi mutacjami wirusa”.

- Dopóki badania nie wykażą, że trzecia dawka, która prawdopodobnie musiałaby być zmodyfikowana, nie będąc prostym powtórzeniem, będzie w lepszy sposób niż w tej chwili zabezpieczała przed nowymi mutacjami, to można powiedzieć, że wartość dodana takiej operacji jest bardzo niewielka - wyjaśnił.

Ministerstwo Zdrowia poinformowało w piątek o 172 nowych zakażeniach. Najwięcej pochodzi z województwa mazowieckiego. Ostatniej doby z powodu COVID-19 zmarło 6 osób.

Fryderyki. Krzysztof Zalewski zgarnął całą pulę i zaszokował salę

fynek muzyczny

Tomasz Dereszyński
Twitter: @TomDeresz

Poznaliśmy laureatów najbardziej prestiżowych nagród muzycznych w Polsce. Zwycięzcą tegorocznej, 27. edycji Fryderyk Festiwal okazał się Krzysztof Zalewski.

Krzysztof Zalewski wyjechał ze Szczecina aż z trzema statuetkami. Wraz z Andrzejem Markowskim odebrał Fryderyka w kategorii Producent Muzyczny Roku, do jego rąk trafił również Fryderyk dla najlepszego autora roku, a krążek „Zabawa” zwyciężył w kategorii Album Roku Pop Alternatywny. Decyzją jury nagrodzono również kHP do jego piosenki „Anuszką” w reżyserii Moniki Brodki i Przemka Dzienisa.

Laureatem Fryderyka Fonograficzny Debiut Roku został raper Mata, nagrodzony również statuetką za płytę „100 dni do matury” w kategorii Album Roku Hip-Hop.

Sanah odebrała Fryderyka za Album Roku Pop dla płyty „Królowa dram”.

Werdyktem Akademii Kompozytorów Roku została ubiegłoroczna laureatka czterech Fryderyków Hania Rani, nagrodzona w 2020 roku również w tej samej kategorii. Utworem Roku została piosenka „Polskie tango” w wykonaniu Taco Hemingwaya.

W muzyce jazzowej triumfował Dominik Wania, nagrodzony w kategoriach Jazzowy Artysta Roku i Album Roku Jazz za płytę „Lonely Shadows”. Tytuł najlepszego jazzowego debutanta przypadł puzoniście Michałowi Tomaszczukowi.

Podczas gali nie brakowało emocjonujących i wzruszających momentów. Prezydent Szczecina Piotr Krzystek i wokalista Andrzej Piaseczny wręczyli Złotego Fryderyka żonie zmar-

łego przed czterema miesiącami Krzysztofa Krawczyka, a marszałek województwa zachodniopomorskiego Olgierd Geblewicz oraz sekretarz zarządu Związku Artystów Wykonawców Stoart złożyli Złotego Fryderyka nauce wybitnego pianisty jazzowego Adama Makowicza.

Kontrowersje wywołał pewien pocałunek – Krzysztof Zalewski na scenie ucałował w usta Ralphi Kaminskigo. To nie konieczny podzianek podczas gali. – Jako autor roku chyba muszę powiedzieć coś autorskiego, a więc: ci, co tak mówią, chyba mają rację, pięć gwiazdek, trzy gwiazdki i Konfederacja – powiedział Krzysztof Zalewski.

Uroczystą galę w Szczecinie uświetniły występy najważniejszych artystów. Na scenie zobaczyliśmy m.in.: Sanah,

Jivy pośmiertnie u honorowało Krzysztofa Krawczyka Złotym Fryderykiem. Nagrodę odebrała żona zmarłego artysty

Sobela, Natalię Szroeder, zespół Nocny Kochanek, Kasię Lins, Tomka Lipińskiego, Natalię Przybysz, Skubasa, Anię Dąbrowską, Gromego, Margaret, Natalię Nykiel, Hanię Rani, Melę Koteluk, Włodiego, zespół EABS, Grzegorza Hyżego oraz Lanberry z towarzyszeniem Chóru Akademii Morskiej w Szczecinie.

Fryderyki to nagrody przyznawane od 1995 r. przez Akademię Fonograficzną, czyli powołane przez Związek Producentów Audio-Video jury, w skład którego wchodzi ponad 1,5 tysiąca artystów, twórców, producentów, dziennikarzy i reprezentantów branży fonograficznej.



Kontrowersyjny gest Krzysztofa Zalewskiego wywołał konsternację i falę komentarzy w internecie

USA tylko dla zaszczepionych! Joe Biden pod presją

Kazimierz Sikorski
k.sikorski@polskatimes.pl

Waszyngton

Amerkańska administracja jest pod ogromną presją w sprawie zniesienia zakazu podróży turystycznych do USA. Joe Biden, jak mówi się nieoficjalnie, robi pierwsze kroki, by otworzyć Amerykę dla cudzoziemców.

– Administracja prezydenta Joe Bidena podejmuje pierwsze kroki w kierunku wprowadzenia wymogów, aby prawie wszyscy obcokrajowcy odwiedzający Stany Zjednoczone zostali zaszczepieni przeciwko koronawirusowi – powiedział jeden z urzędników Białego Domu.

Wymóg ten stanowiłby część stopniowego łagodzenia przez administrację waszyngtońską ograniczeń w podróżowaniu do USA dla obcokrajowców. Nie ustalono jeszcze dokładnego harmonogramu, ponieważ międzyagencyjne grupy robocze badają, jak i kiedy można będzie bezpiecznie powrócić do normalnych podróży do Stanów Zjednoczonych.

Oczekuje się, że wszyscy obcokrajowcy wjeżdżający do tego kraju, z pewnymi tylko wyjątkami, będą musieli zo-



Prezydent USA stanął przed wyborem: czy łagodzenie obostrzeń, czy wręcz przeciwnie. Wiele osób jest rozczarowanych polityką tego kraju wobec turystów

stać zaszczepieni przeciwko COVID-19, aby wjechać do USA.

Wspomniany urzędnik, który wypowiadał się dla agencji AP, pragnął zachować anonimowość, przekazując przygotowywane przez Waszyngton zasady łagodzenia restrykcji w podróżowaniu do Ameryki.

Administracja prezydenta Bidena utrzymała restrykcje w podróżowaniu, które poważnie ograniczyły międzynarodowe podróże do USA. Powodem, jak tłumaczono, jest szybkie rozprzestrzenianie się wariantu Delta koronawirusa, naj-

groźniejszego i dominującego obecnie szczepu COVID-19. Zgodnie z obowiązującymi przepisami zabrania się wjazdu do Stanów Zjednoczonych osobom spoza USA, które w ciągu ostatnich 14 dni przebywały w Chinach, europejskiej strefie Schengen, Wielkiej Brytanii, Irlandii, Brazylii, Republice Południowej Afryki i Indiach.

Podróżujący do USA, niezależnie od statusu szczepień, są zobowiązani do okazania do wodu negatywnego wyniku testu na obecność COVID-19, wykonanego w ciągu trzech dni od rozpoczęcia podróży lotniczej do tego kraju.

Administracja Bidena stała teraz w obliczu ogromnej presji, aby znieść pewne ograniczenia nie tylko dla obywateli krajów sojuszników z USA, ale także branży lotniczej i rodzin, które zgodnie z przepisami były rozdzielone od swoich bliskich.

Wiele osób skarżyło się, że ograniczenia dotyczące podróży nie odzwierciedlają obecnej sytuacji pandemicznej – szczególnie zliczba zakażeń koronawirusem w Stanach Zjednoczonych jest znacznie wyższa niż w wielu krajach, z których obywatele nie mogą podróżować do Ameryki.

Kraj płonie. Dramatyczny głos mnichów: Nigdzie się nie ruszymy!

Grecja

Kazimierz Sikorski
k.sikorski@polskatimes.pl

Dramatyczna sytuacja panuje na greckiej wyspie Evia, gdzie płomienie trawią wszystko, co staje na ich drodze.

Ogień niszczy wszystko, co napotka po drodze. Udało się ewakuować mieszkańców miejscowych wiosek, ale trzech mnichów z klasztoru św. Dawida zapowiedziało: Nieruszmy się stąd!

Jeden z nich w telefonicznej rozmowie z agencją ANA opisywał płomienie wysokie na 40 metrów, które otaczają klasztor. Policja zapowiada, że zmusi mnichów siłą do ewakuacji, jeśli ich życie będzie zagrożone. Setkę osób zgromadzonych na plaży ewakuowano pięcioma łodziami.



Zagrożone są miejscowości w pobliżu stolicy Grecji, Aten. Na zdjęciu: miejscowość Afidnes

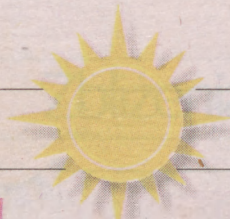
Stu strażaków wspieranych przez siedem helikopterów i samoloty, które zrzucają wodę na płomienie, dwoje i troje, by zduścić żywioł. – Prosimy władze o wzmocnienie sił, bo dojdzie do tragedii – apeluje Gioigios Tsapourniotis, burmistrz Limni.

Argyris Liaskos, zastępca burmistrza Mantoudiou, żali się, że nie wysłano mu żadnego wsparcia powietrznego, aby uporać się z pożarami. – Co najmniej 150 domów spłonęło – powiedział. – Jedną rzeczą, która naprawdę nas zdumiewała,

było to, że ludzie zostają i walczą. Nikt nie ucieka przed żywiołem – mówił jeden z greckich polityków. A wiceminister zajmujący się ochroną ludności, Nikos Hardalias, dodał: Toczymy bitwę tytanów! Najtrudniejsze jest jeszcze przed nami.

Wyspa Evia znajduje się 200 kilometrów od Aten, gdzie ponad 500 strażaków, tuzin samolotów i pięć helikopterów walczyło z kolejnym pożarem na obrzeżach stolicy Grecji. Żywioł wybuchł we wtorek w sosnowym lesie u podnóża góry Parnitha, jednego z trzech pasm otaczających miasto. Pióropusze ciemnego, gryzącego dymu zawisły nad Atenami, pozostawiając za sobą szczytki spalonych domów.

Bardzo trudna sytuacja jest również w Turcji. W piątek wyruszyły tam pierwsze zespoły polskich ratowników, strażaków, policjantów, śmigłowców policyjnych i specjalistyczny samochód. Kraj ten zmagając się, jak Grecja, z rekordowymi upałami i pożarami.



Zabytkowy dworek w chaszczach

Magdalena
Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@gp24.pl



Turystyka/Historia

Zabytkowy dworek w Wytownie w gminie Ustka to dziś kompletna ruina. Pożarze zostały zgłoszone, którychnik nie zabezpieczył. Piękny niegdyś park dookoła dworku to ogromne chaszczce. Żalpa-trzeć, jak niszczy kolejnym pomorski dworek.

Znajdujący się dookoła obiektu park to dziś kompletnie zdżrzały teren zarośnięty gęstymi chaszczami, przez które trudno się przedrzeć.

Trochę historii...

Późnobarokowy dwór zbudowany został, w połowie XVIII wieku. Otoczony jest zespołem parkowym z fosą. Obiekt został wymurowany z cegły, pokryty dachem naczółkowym. Dwór przebudowano na początku XX wieku - wówczas do wschodniej strony dworu dobudowano skrzydło północne, do niego zaś skrzydło wschodnie. Z zabytkowego wyposażenia zachował się jedynie kominek i malowany herb rodu Puttkammerów. Wiadomo jednak, że mieszkali tu też inne rodziny szlacheckie.

Historyczne zapiski niewiele jednak mówią o jego historii imieszkańców. Niewiele wiemy również o tym, co działo się w pałacu w czasie II Wojny Światowej i tuż po niej. Wiadomo na pewno, że hitlerowcy wykorzystywali budynek istniejące wokół niego zabudowania jako więzienie dla Rosjan i Polaków. To właśnie w Wytownie znajdował się jeden z obozów pracy w którym wykorzystywano i mordowano jeńców.

Zaraz po wojnie pałac przekształcono w biura miejscowego PGR. Szare ściany, lampy malowane farbą olejną



Dworek w Wytownie jest niewidoczny z drogi. Za metalowym ogrodzeniem widać tylko chaszczce. W nich ukryta jest zabytkowa budowla...

i zwykłe biurka. Później już w latach siedemdziesiątych pokoje wyposażono w łóżka i zamieniono w niewielki hotel, w którym wypoczywały rodziny górników ze Śląska. Miejscowi, którzy pamiętają tamte czasy opowiadają, że już wtedy pałac został ogłębiony ze wszystkiego, co wartościowe. Nigdy nie wyremontowano budynku.

Miał to zrobić nowy właściciel, ale jak widać jemu też się nie udało. Po 1992 r. dwór i części teren wokół niego zakupił Jerzy Izdebski, ustecki radny miejski i kandydat na senatora. W 2010 r. dawny właściciel zmarł.

Pożar

Przypomnijmy, pałac spłonął w nocy z 13 na 14 października

2020 roku. Wszystko wskazywało na to, że było to podpalenie. Prokuratura wszczęła postępowanie w kierunku ustalenia i ukarania sprawcy. Nietety, śledztwo zostało umorzone. - Postępowanie zostało umorzone 20 stycznia ze względu na niewykrycie sprawcy - informował wówczas Marcin Natkaniec, zastępca Prokuratora Rejonowego w Słupsku.

Po pożarze na miejscu odbyły się oględziny inspektorów ze słupskiej delegatury Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków w Gdańsku. Ustalono, że obiekt nadaje się do odbudowy. - Obiekt uległ częściowemu spaleni, ale zachowany jest układ pomieszczeń i obiekt nadaje się do odbudowy - mówi Marcin Tymiański, rzecznik



prasowy Pomorskiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków w Gdańsku.

Gdyby ustalenia inspektorów wskazywały, że nie ma

czego ratować, pałac zostałby wykreślony z ewidencji zabytków, ale tak się nie stało. Od tego czasu nie się jednak nie wydarzyło na terenie dworku.

Obiekt stoi zapuszczony, zaniedbany i nie jest zabezpieczony. Każdy może wejść i obejrzeć go od wewnątrz. Zostało niewiele. Pałac powinien zostać zabezpieczony, ale nie ma kto tego zrobić. Mimo, że wiadomo, kto jest właścicielką, z kobietą nie ma żadnego kontaktu. Nie jest zameldowana pod żadnym ze wskazanych adresów. Dlatego sprawa się przeciąga.

- Możemy wydać nakaz zabezpieczenia obiektu, ale nawet nie ma adresu, pod który możemy wysłać korespondencję. Będziemy jednak nadal próbować. Jeżeli właścicielka po dwukrotnym wysłaniu nakazu, obiektu nie zabezpieczy, możemy rozpocząć procedurę wywłaszczenia. Ale to długa i kręta droga. Nie jest to proste - mówi Marcin Tymiański. ©R



Masakra Jam i kolejne Garden Party u Karola

Wojciech Nowak
wojciechuowak1@polskapress.pl

Zaproszenia

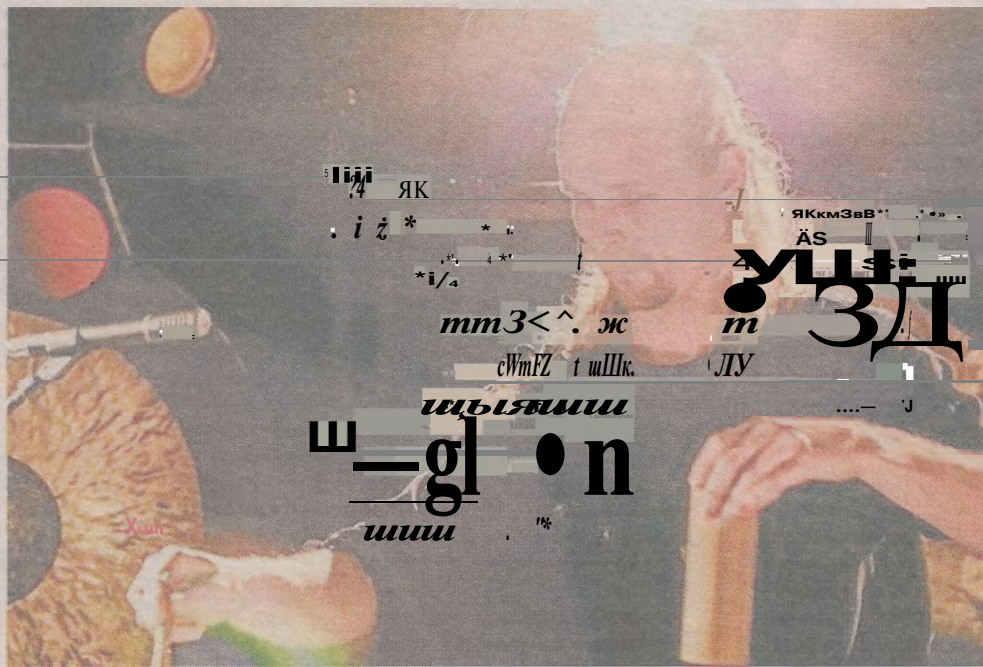
Na kolejnym koncercie z cyklu „Garden Party u Karola” w parku im. Jerzego Waldorffa wystąpi Golden Gate String Quartet. Poza muzyką klasyczną usłyszeć można będzie także cover zespołu Metallica oraz aranżacje smyczkowe muzyki filmowej.

Słupski Ośrodek Kultury zaprasza w sobotę, 7 sierpnia, na podwórko pomiędzy ulicami Niemcewicza i Małachowskiego na imprezę z graffiti w roli głównej pt. „Masakra Jam”.

Wolne mury podwórka przyozdobione zostaną żywymi, kolorowymi tagami czołowych pomorskich writerów z Gdańska, Słupska, Koszalina i Szczecina. Imprezie towarzyszyć będzie muzyka, za którą odpowiada Grubzy Esfa, a wieczorem SOK zaprasza na after-party do Domówki, gdzie pobawimy się przy dźwiękach Dj. YesoiR2D2.

Garden Party u Karola

W niedzielę kolejne Garden Party u Karola. Muzyka Sfer i Tara Gayan



W niedzielę szósty już koncert z cyklu Garden Party u Karola w Parku im. Jerzego Waldorffa

Szósty już koncert z cyklu Garden Party u Karola, który odbędzie się w Parku im. Jerzego Waldorffa w najbliższą niedzielę o godz. 12, wypełni muzyka nietuzinkowego artysty, jakim bez wątpienia jest Maciej Hanusek. Jego muzyka jest wyjątkową kombinacją zdrowiających, tybetańskich gongów i mis dźwiękowych z muzyką elektroniczną. To połączenie najstarszych instrumentów w naszej cywilizacji z syntezatorami, looperami i gitarą elektryczną.

Muzyka Sfer łączy ambient, glitch, muzykę relaksacyjną i eksperymentalną. Charakteryzuje ją przestrzeń i minimalizm. Pojawia się w niej również ściany dźwięku i cisza. Jej klimat przywołuje skojarzenia z nastrojowymi utworami Hansa Zimmera lub też spokojnymi kompozycjami Jean-Michel Jarre'a - mówi Joanna Kubaś, pomysłodawczyni i organizatorka cyklu.

Dopełnieniem brzmień Muzyki Sfer będzie występ innej

formacji, w którym swój udział ma artysta - Tara Gayan. Zespół ten tworzy troje utalentowanych muzyków: Agnieszka Mendel, Maciej Hanusek i Michał Brańka. Po latach przyjaźni i pracy przy wielu wspólnych projektach, muzycy zdecydowali się stworzyć swój własny niepowtarzalny świat, czerpiąc z bogatych doświadczeń muzycznych i teatralnych (Ośrodek Praktyk Teatralnych „Gardzienice”, Muzyka Sfer, Yaron Trio, The Gate). ©®

INFORMATOR

SANEPID

Słupsk

608205830

Człuchów

791220895

Bytów

736333550

KOMUNIKACJA

Słupsk: PKP 118 000; 2219436;

PKS 59 84242 56; dyżurny ruchu 59 8431110;

MZK 59 8489306;

Lębork: PKS 59 8621972;

MZK 59 8621451;

Bytów: PKS 59 822 2238;

Człuchów: PKS 59 8342213;

Miastko: PKS 59 8572149.

DYŻURY APTEK

Słupsk

„DOM LEKÓW”, ul. Tuwima 4, tel. 59 8424957

Ustka

sobota - CENTRUM LEKÓW, ul. Grunwaldzka 26,

tel.: 692 761116

niedziela - DOZ APTEKA DBAM O ZDROWIE, ul.

Żeromskiego 5, tel.: 59 814-98-17

Bytów

CENTRUM ZDROWIA, ul. Ks. dr Bernarda Sychty 3

Miastko

sobota, niedziela - CENTRALNA, ul. Armii Krajowej 22,

tel.: 59 857-90-01

Człuchów

sobota CENTRUM ZDROWIA, ul. Szczecińska 13, tel. 59

8343142

niedziela - OBERLAND, ul. Długosza 29, tel. 59 834-17-

52

USŁUGI MEDYCZNE

Słupsk:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janu-

sza Korczaka, ul. Hubalczyków, informacja

telefoniczna 59 846 0100

Ustka:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, ul. Mickie-

wicza 12, tel. 59 814 6968;

Poradnia Zdrowia POZ, ul. Kopernika 18,

tel. 59 814 6011;

Pogotowie Ratunkowe - 59 814 70 09

Bytów:

Szpital, ul. Lęborska 13, tel. 59 822 85 00;

Dział Pomocy Doradź Miastko,

tel. 59 857 0900

Człuchów:

Centrum zdrowia, ul. Szczecińska 13,

tel. 59 834 3142

Miraculum, ul. Grunwaldzka 18,

tel. 59 862 2477

WAŻNE

Słupsk:

Policja 997; ul. Reymonta, tel. 59 848 06 45;

Pogotowie Ratunkowe 999;

Straż Miejska 986; 59 843 32 17;

Straż Gminna 59 848 59 97;

Straż Pożarna 998;

Straż Miejska alarm 986;

Straż Miejska Ustka 59 814 67 61; 59 846 49 8;

Straż Miejska Bytów 59 822 25 69;

USŁUGI POGRZEBOWE

Kalla, ul. Armii Krajowej 15,

tel. 59 842 81 96, 601 928 600 - całodobowo.

Pełna oferta pogrzebowa.

Hennes, ul. Obrońców Wybrzeża 1 (całodobowo),

tel. 59 842 84 95, 60 443 44 41. Winda i bal-

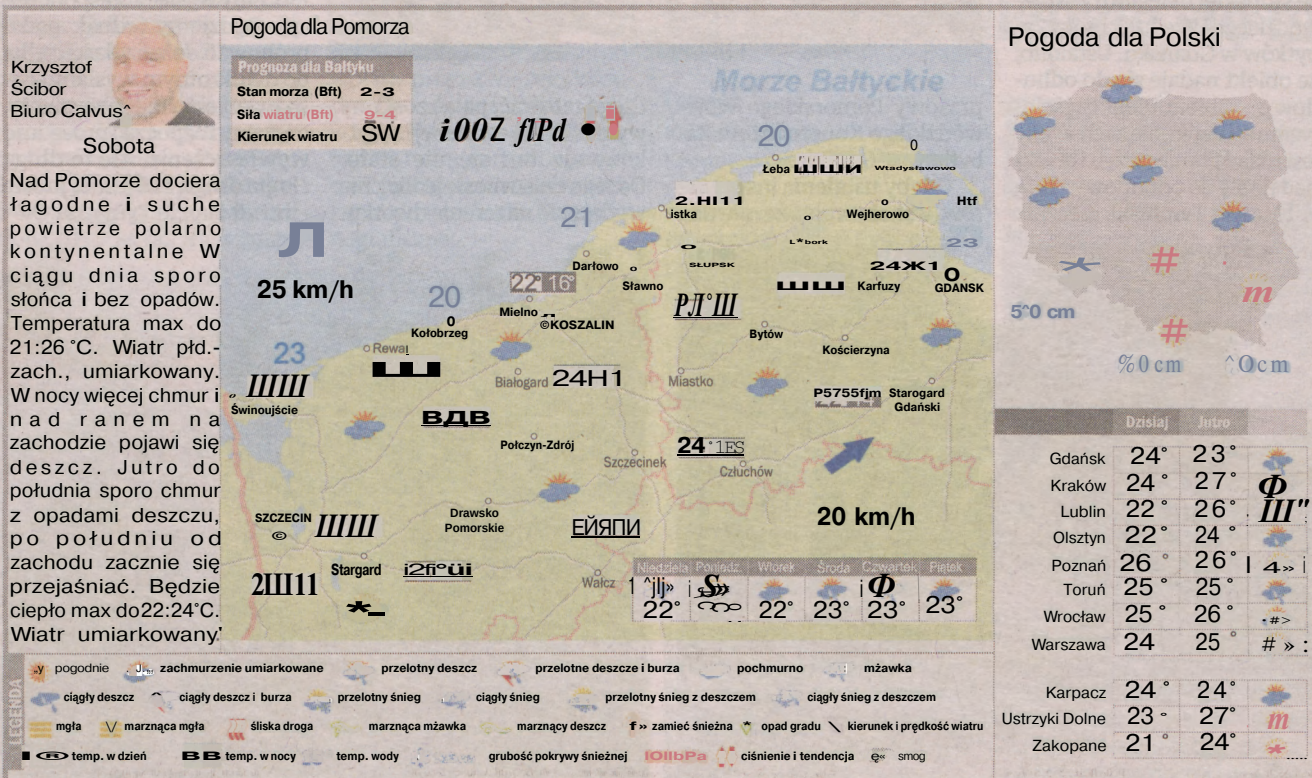
dachim przy grobie;

Hades, ul. Kopernika 15,

całodobowo: tel. 59 842 98 91, 601 663 796.

Winda i baldachim przy grobie.

POGODA



GŁOS
POMORZA

Dzień dobry
w poniedziałek.
Zacznij tydzień
z nowym
wydaniem

BIŁOS
POMORZA

gp24.pl

Uwaga: Topielce na kidach

Spółeczeństwo

Karol Uliczny

karoi.uliany@polskapress.pl

Eksperti spodziewają się, że po ostatniej powodzi w Niemczech i Belgii do Polski trafi sporo używanych samochodów „popowodziowych”. Umyte, wyczyszczone i osuszone, będą atrakcyjne przede wszystkim cenowo.

Nierówna praca silnika dała tożym biegu, trudne do wyśnienia włączanie i wyłączanie kontrolki, a także zapach stęchlizny, powinny być sygnałem ostrzegawczym dla kupującego używane auto. Takie symptomy mogą świadczyć, że mamy do czynienia z autem, w niektórych przypadkach, dosłownie uratowanym z powodzi. Zakup takiego pojazdu może okazać się dla nas początkiem poważnych kłopotów, także finansowych.

Przykłady z minionych lat pokazują, że po każdej powodzi na rynku pojawiają się auta „popowodziowych”, których sprzedawcy próbują ukryć historię ich zniszczeń.

Specjaliści już przygotowują się do dokładniejszego sprawdzania importowanych z Zachodu aut. - Spodziewamy się nasilenia zjawiska importu pojazdów popowodziowych, mając na uwadze sytuację, jaka ma miejsce na zachodzie Europy - mówi Dawid Badura z MotoControler, firmy testującej auta dla klientów przed zakupem.

- Podstawową czynnością, jaką należy wykonać przed zakupem pojazdu, jest sprawdzenie regionu z którego pochodzi pojazd - mówi Alan Kapeliński, sprawdzający auta przed zakupem. - Np. jeśli pojazd pochodzi z regionu, w którym występowały w ostatnim czasie powodzie, należy wykazać się szczególną ostrożnością podczas oględzin tego pojazdu.

Bywa, że właściciel będzie za wszelką cenę próbował ukryć widoczne „na pierwszy rzut oka” oznaki zalania.

Może zdarzyć się również, że kilka tygodni po powodzi,



Zalane podczas powodzi auta najczęściej trafiają do kasacji. Zdarzają się jednak przypadki, gdy osuszone są sprzedawane

pojazd nie będzie wysyłać sygnałów o postępującej degradacji poszczególnych podzespołów, co sprawi, że po wyjeździe od sprzedawcy będziemy przekonani o zakupie perfekcyjnie działającej maszyny. Dlatego zanim zafundujemy sobie kłopoty, warto zajrzeć w miejsce zamocowania akumulatora, pod nadkolą, za uszczelki szyb czy łatwe do zdemontowania osłony.

- Ślady zalania, w postaci zacieków i białych plam, są także widoczne pod osłonami z tworzywa, maskującymi boczki drzwi i słupki. Trudno jednak oczekiwać, że sprzedawca samochodu pozwoli narozbiernie swoje auto przez kupującego. Ale profesjonalisci, przeprowadzający sprawdzanie używanego auta mają swoje metody, np. mini kamery inspekcyjne - mówi Michał Lisiak, ekspert Motocontrolera. - Kompleksowe sprawdzanie samochodu przed zakupem musi obejmować także dokładną kontrolę stanu podwozia. Auto może mieć skorodowane tarcze hamulcowe, zaciski, układ wydechowy, zawieszenie czy felgi.

A co, jeśli już kupimy auto z powodziową przeszłością? Może naszczać całamasa pro-

blemów: awarie podzespołów elektrycznych i elektronicznych, postępująca korozja, zatarcie silnika.

- Auta, które znajdowały się pod wodą, nie cieszą się zainteresowaniem, stąd ich cena może być bardzo atrakcyjna. Natomiast zniszczenia i szkody w takim aucie mogą być małe, ale i ogromne - podkreśla Tomasz Harazim, współwłaściciel firmy, sprowadzającej auta z USA. - Najbardziej narażona jest elektronika. Jeżeli auto przebywało pod wodą, instalacja oraz sterowniki w tym pojeździe mogą być w całości do wymiany. To może okazać się tak kosztowne, że nawet atrakcyjna cena zakupu okaże się dużą wtopą. Także silnik, do którego dostała się woda, może już nadawać się jedynie do wyrzucenia.

- Wszelkie okazje cenowe, albo pochodzenie samochodu z rejonów, w których w ciągu ostatnich miesięcy doszło do powodzi, powinny wzbudzić podejrliwość kupującego - dodaje Michał Lisiak. - Bez względu na to, czy sprzedawca zachowuje się przyjaźnie czy podejrzanie, kompleksowe sprawdzanie używanego samochodu przed zakupem to podstawa. ©R

Drobne

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 3512

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 3512

Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 8103

Oddział Szczecin: ul. Nowy Rynek 3, 71-875 Szczecin, tel. 9148133 67, fax 9143348 60

REKLAMA

0510225081

ABAKUS

Aniela Barzycka - 21 lat na rynku

szukamy 2 lub 1-pokojowego mieszkania przy ulicy

Wańkowicza, Jagoszewskiego, Jana Pawła II

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



Atrakcyjne 3 pokoje
rej. Moniuszki, balkon,
279 000,- do negocjacji



Kawalerka z dużą loggią
rej. Sikorskiego 154 900,-
klucze w biurze



TANIE szybkie wydanie
2 pokoje rej. Sikorskiego
tylko 209 000,- do negocjacji

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie do remontu,
609-499-555.

LOKALE UŻYTKOWE - SPRZEDAM

SPRZEDAM lokal użytkowy-
gastronomiczny lub handlowy. Cena
550 tys., przy ulicy Zwycięstwa, obok
Saturn, wejście z ulicy, parter. Tel.
602470401

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

ROD "Centralny" Lechicka. Piękna,
zadbana. Altana, duża szklarnia, woda,
prąd, basenik. Rekreacyjna część
zielona. 5 arów. 26 tys.-do negocjacji.
Tel. 696411223

GARAŻE

GARAŻE blaszane, drewnopodobne,
798-710-329, www.partnerstai.pl

Handlowe

ANTYKI

ANTYKI starocie kupię, 506022528

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIĘ minikoparkę, 609-499-555.

ESI

TANIO sprzedam chodzik-balkonik
i siedzisko pod prysznic. 693-131-674

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTO skup wszystkie 695-640-611

INNE

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

KUPIĘ stary samochód lub motocykl,
min. 40-letni. Może być niekompletny
lub uszkodzony, 609-499-555.

Finanse biznes

USŁUGI FINANSOWE

EGZEKUTOR długów, 669111 148.

Praca

ZATRUDNIĘ

DO opieki, do Niemiec do 1800 euro
730 49 77 71

FIRMA DOMAR Tatów zatrudni
kierowców kat. C, C+E, Mile

widziane doświadczenie. Oferty
prosimy przysłać:

tomasz.dorszynski@domar-k.pl

Tel. 664-410-796

FIRMA DOMAR Tatów zatrudni
operatora koparki. Oferty prosimy
przesyłać: tomasz.dorszynski@domar-k.pl. Tel. 664-410-796

FIRMA DOMAR w Tatowie zatrudni:
majstra robót wodno-kanalizacyjnych.
Oferty prosimy przysłać: jolanta.czupajlo@domar-k.pl. Tel. 94 316-09-43

NIEMCY: murarz, cieśla, malarz,
ślusarz, spawacz: 730-011-300

OŚRODEK w Sarbinowie zatrudni
pokoje z zakwaterowaniem.
508-275-331

PRACOWNIKÓW
ogólnobudowlanych. Tel. 509572177

Zdrowie

GINEKOLOGIA

A-Z GINEKOLOG, 790-246-404

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

PRALKI Naprawa w domu. 603775878

BUDOWLANO-REMIS

MALOWANIE dachów 788-016-988

PLYTKI układanie, remont, 508011742.

INSTALACYJNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

PORZĄDKOWANIE

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

Różne

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

GŁOS
DZIENNIK POMORZA

www.gp24.pl
www.lgk24.pl
www.gs24.pl

Prezes oddziału Polska Press
Piotr Grabowski, piotr.grabowski@polskapress.pl

Redaktor naczelny
Marcin Stefanowski, tel. 697 770 227
marcin.stefanowski@polskapress.pl

Zastępcy redaktora naczelnego
Ynona Husaim-Sobecka, Szczecin, tel. 697 770 218
ynona.sobecka@polskapress.pl
Wojciech Frelichowski, Słupsk, tel. 519 503 638
wojciech.frelichowski@polskapress.pl
Dyrektor drukarni
Stanisław Sikora, tel. 602740087
s.sikora@pprint.pl
Dyrektor działu marketingu
Robert Gromowski, tel. 502 339113
robert.gromowski@polskapress.pl
Dyrektor działu reklamy
Ewa Zelazko, tel. 500 324 240
ewa.zelazko@polskapress.pl

Prenumerata, tel. 943401114
Głos Koszaliński - www.gk24.pl
ul. Mickiewicza 24,
75-004 Koszalin, tel. 9434735 00, fax 94 347 3513
tel. reklama: 94 347 3572,
redakcja.gk24@polskapress.pl,
reklama.gk24@polskapress.pl
Głos Pomorza - www.gp24.pl
ul. Henryka Pobożnego 19,
76-200 Słupsk,
tel. 59 848 8100, fax 59 848 8104,
tel. reklama: 59 848 8111,
redakcja.gp24@polskapress.pl,
reklama.gp24@polskapress.pl

Głos Szczeciński - www.gs24.pl
ul. Nowy Rynek 3,
70-533 Szczecin,
tel. 9148133 00, fax 9148133 60,
tel. reklama: 9148133 92,
redakcja.gs24@polskapress.pl
reklama.gs24@polskapress.pl

ODDZIAŁY
Szczecinek ul. Plac Wolności 6, 78-400 Szczecinek,
tel. 94 374 8818, fax 94 374 23 89

Stargard ul. Wojska Polskiego 42, 73-110 Stargard,
tel. 91578 47 28, fax 9157817 97,
reklama tel. 91578 47 28

© - umieszczenie takich dwóch znaków
przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym
Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpo-
wszczelniania 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 Czynelnicwa

Nakład Kontrolowany ZKDP

PBC
POMORSKI BADAŃ CZYNNICWA

WYDAWCA
Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Skład Zarządu:
Tomasz Przybek, Prezes Zarządu
Dorota Kania, Członek Zarządu
Maciej Kossowski, Członek Zarządu
Miłosz Szulc, Członek Zarządu

**POLSKA
PRESS
GRUPA**

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bocheński
Dyrektor marketingu
Sławomir Nowak, slawomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor zarządzający biura reklamy
Maciej Kossowski
maciej.kossowski@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Adrian Majchrzak, tel. 22 201 44 38,
adrian.majchrzak@polskapress.pl

KLASYFIKACJA MEDALOWA

1. Chiny	36	26	17
2. Stany Zjednoczone	31	36	31
3. Japonia	24	11	16
4. Wielka Brytania	18	20	20
5. Sportowcy z Rosji	17	23	22
6. Australia	17	6	21
7. Włochy	10	10	18
8. Niemcy	9	11	16
9. Holandia	9	10	12
10. Francja	7	11	9
11. Nowa Zelandia	7	6	6
12. Kanada	6	6	10
13. Korea Południowa	6	4	9
14. Kuba	6	3	4
15. Węgry	5	7	5
16. Brazylia	4	4	8
17. Polska	4	4	4
18. Czechy	4	3	2
19. Jamajka	4	1	3
20. Hiszpania	3	5	5
21. Szwajcaria	3	4	6
22. Chorwacja	3	3	2
23. Belgia	3	1	1
23. Słowenia	3	1	1
25. Szwecja	2	6	0
26. Gruzja	2	5	1
27. Chińskie Tajpej	2	4	6
28. Dania	2	3	4
29. Iran	2	2	2
29. Kenia	2	2	2
31. Norwegia	2	2	1
32. Serbia	2	1	4
33. Uganda	2	1	1
34. Ekwador	2	1	0
35. Uzbekistan	2	0	2
36. Grecja	2	0	1
37. Bahamy	2	0	0
37. Kosowo	2	0	0

Stan po finałach w dniu 6.08.2021

Upór i waleczność dały srebro

Tomasz Dębek
z Tokio
Twitter: @T_Debek

Lekkoatletyka

Maria Andrejczyk w sobotnim finale rzutu oszczepem uzyskała słabszy wynik niż w kwalifikacjach, lecz wystarczyło to na srebrny medal olimpijski. Wygrała Chinka Shiying Liu.

Kontuzjowany bark boli, ale jestem waleczna - zapewniała po eliminacjach konkursu rzutu oszczepem Maria Andrejczyk.

25-latką, która jakodebiutantka na igrzyskach w Rio otarła się o medal (do brązu zabrakło jej dwóch cm) w finale rzuciła równo i dość daleko, nie potrafiła przebić jednak wyniku z eliminacji (65,24 m). W drugiej próbie osiągnęła 64,61, co dawało jej drugie miejsce. Konkurs już w pierwszym rzucie ustawiła sobie Shiying Liu rzucając 66,34 m.

- Było cholernie ciężko. Po drugim rzucie czułam, że tmdno będzie się poprawić. Bark mi teraz odpada. Mam naderwane mięśnie, jeszcze się nie zagoiły - przyznała później Polka.

Andrejczyk czuła na plecach oddech rywalki. Dwie z nich uzyskały 64 m lub więcej. Największą szansę na odebranie jej srebrnego medalu miała Kelsey-Lee Barber. Oszczep Australijki poszybował daleko, ale minimalnie przed linią zapewniającą srebrny medal - o pięć cm (64,56). Andrejczyk w ostatniej próbie, jako jedynej z sześciu, nie przekroczyła 60 m. Ze złotą mogła cieszyć się Chinka, zawodniczka Hańczy Suwałki została wicemistrzynią olimpijską.

- Nie jestem zadowolona. To znaczy oczywiście się cieszę, ale przyjechałam tu walczyć o złoto - zaznaczyła Andrejczyk, która w pierwszym rzucie sezonu, w maju na zawodach w Splicie, osiągnęła trzecią odległość w historii kobiecego oszczepu i najlepszą od 10 lat - 71,40 m. Niestety, przy okazji uszkodziła kontuzjowany już wcześniej bark.

- Jestem chyba jedną z niewielu osób, które wierzyły w to, że udami się wrócić do rywalizacji o najwyższe cele. W 2018 r., kiedy wracając po operacji barku zajęłam piąte miejsce na mistrzostwach Polski, czułam na sobie wiele spojrzeń satysfakcji. Wzrok ludzi mówił, że się skończyła, że nie mam już czego wspierać



FOT. TOMASZ DĘBEK

Andrejczyk w końcu może cieszyć się z medalu olimpijskiego

szukać. Chciałabym tym osobom podziękować, bo to one najbardziej mnie zmotywowały. Między innymi dzięki nim się podniosłam - podkreśliła.

- Jestem zbyt uparta, żeby opuścić. Dopóki nie osiągnę czego chcę i nie poczuję wewnętrznej satysfakcji, nie dam zawiązać. Choćby miały mi odpisać wszystkie kończyny. Pragnę więcej i będę walczyła o więcej. Grunt, żeby zdrowie było dobre. Split

pokazał, że stać mnie na fantastyczne wyniki - zapewniła wicemistrzyni olimpijska.

Poza spełnieniem, choćby częściowym, sportowych ambicji oraz nagrodami finansowymi, medal olimpijski da Andrejczyk jeszcze jedno - stałą opiekę fizjoterapeutyczną od PZLA.

- Oszczep jest najbardziej kontuzjogenną konkurencją lekkoatletyczną, a nie mamy żadnego wsparcia. Związek przy-

znaje fizjoterapeutę dopiero po medalu na głównej imprezie. Do tej pory, chociaż wszyscy wiedzą, że mam kruche zdrowie, nie mogłam się tego doprosić. Nawet po rzucie na 71,40. Potrzebuję stałej pomocy, nie jestem w stanie zrobić wszystkiego samodzielnie. Liczę na to, że kolejne przygotowania będą już kompletne - nie ukrywała rozgoryczenia Polka.

- Przez ostatnie pięć lat przeznaczałam wszystkie oszczędności na to, żeby znaleźć najlepszych specjalistów w Polsce. Udało się, bardzo mi pomogli. Inwestowałam wyłącznie w swoje zdrowie, żeby w ogóle móc dziś stanąć na podium.

Andrejczyk zadeedykowała medal kibicom, medykom i sponsorom, dzięki którym mogła zadbać o zdrowie. Zapowiedziała, że srebrny krążek odda na aukcję charytatywną. Mimo braku kibiców na Stadionie Olimpijskim, miała też wsparcie trybun. Pojawiła się tam liczna delegacja polskich olimpijczyków.

- To było cudowne. Jestem bardzo wdzięczna mojej lekkoatletycznej rodzinie. Przyszli wszyscy. Kibicowali, klaskali do każdego rzutu. Są najwspanialsia w świecie - cieszyła się. ©

REKLAMA

0010197436



3 ESTEŚMY OEDNĄ DDUZYV^A

TOKIO2020
if Team Polska

SPONSORZY I PARTNERZY POLSKIEJ OLIMPIADY



Sponsor Siwi i aictry

Sponsor Orne alny

Sponsor

Sponsor

Sponsor

Sponsor

PIĄTEK, 6 SIERPNIA

Boks

Ciężka M, medale: 1. la Cruz (Kuba), 2. Gadzhimagomedov (RKO), 3. Nyika (Nowa Zelandia), Teixeira (Brazylia).

Hokej na trawie

K, mecz brązowy medal: Wielka Brytania - Indie 4:3, K, finał: Holandia - Argentyna 3:1.

Kajakarstwo

C-11000 m M: Kamiński - odpadł w ćwierćfinale, Glazunow - awansował do półfinału; K-4500 m K: Polska (Naja, Puławska, Iskrzycka, Wiśniewska) - awans do półfinału.

Karate

Kata M, medale: 1. Kiyuna (Japonia), 2. Quintero (Hiszpania), 3. Sofuoglu (Turcja), Torrez Gutierrez (USA);

Kumite -61kg W, medale: 1. Preković (Serbia), 2. Yin (Chiny), 3. Lotfy (Egipt), Coban (Turcja);

Kumite -75kg M, medale: 1. Busa (Włochy), 2. Aghhayev (Azerbejdżan), 3. Horuna (Ukraina), Harspataki (Węgry).

Kolarstwo torowe

Sprint K: Łoś/Karwacka odpadły w eliminacjach; madison K, finał: 1. Wielka Brytania, 2. Dania, 3. RKO... 6. Polska (D. Pikulik, W. Pikulik);

sprint M: 1. Lavreysen (Holandia), 2. Hoogland (Holandia), 3. Carlini (Wielka Brytania).

Lekkoatletyka

Chód na 50km M: 1. Tomala (3:50:08), 2. Hilbert (Niemcy), 3. Dunfee (Kanada)... 12. Brzozowski. Augustyniak nie ukończył rywalizacji; Chód na 20km K: 1. Palmisano (Włochy), 2. Arenas (Kolumbia), 3. Liu (Chiny)... 10. Zdzienbło.

4x400 m M, kwalifikacje: Polska (Zalewski, Duszyński, Kowaluk, Krzewina) - awans do finału; rzut oszczepem K, finał: 1. Liu (Chiny), 2. Andrejczyk, 3. Barber (Australia);

5000 m M, finał: 1. Cheptegei (Uganda), 2. Ahmed (Kanada), 3. Chelimo (USA);

400 m K, finał: 1. Miller-Uibo (Bahamy), 2. Paulino (Dominikana), 3. Felix (USA);

1500 m K, finał: 1. Kipyegon (Kenia), 2. Muir (Wielka Brytania), 3. Hassan (Holandia);

4x100 m K, finał: 1. Jamajka, 2. USA, 3. Wielka Brytania;

4x100 m M, finał: 1. Włochy, 2. Wielka Brytania, 3. Kanada.

Pięciobój nowoczesny

K, Maliszewska, pływanie: 26. miejsce, szermierka: 17. jazda konna: 28. biegi strzelania: 8., klasyfikacja generalna, finał: 1. French (Wielka Brytania), 2. Asadauskaitė (Litwa), 3. Kovacs (Węgry)... 20. Maliszewska.

Piłka nożna

M, mecz o brązowy medal: Meksyk - Japonia 3:1, K, finał: Szwecja - Kanada 1:1 (karne 2:3).

Siatkówka plażowa

K, medale: 1. April/Alix (USA), 2. Artacho del Solar/Clancy (Australia), 3. Verge-Depre/Heidrich (Szwajcaria).

Tenis stołowy

Drużynowo M, medale: 1. Chiny, 2. Niemcy, 3. Japonia.

Wspinaczka sportowa

Kombinacja K, Mirosław: czasówka: 1. miejsce (6,84 s, rekord świata), bouldering: 8., prowadzenie: 8., klasyfikacja generalna, finał: 1. Garbret (Słowenia), 2. Nonaka (Japonia), 3. Noguchi (Japonia), 4. Mirosław.

Zapasy

53 kg w st. wolnym K, repasaże: Essombe Tiako (Kamerun) - Zasina 4 (1 R medale: 1. Mukaida (Japonia), 2. Pang (Chiny), 3. Kaladzinskaja (Białoruś), Bat Ochir (Mongolia);

65 kg w st. wolnym M: Gadżijew - Pliadis (Grecja) 11:0, 1/8 finału: Gadżijew - Rasizidow (RKO) 2:6;

74 kg w st. wolnym M, medale: 1. Sidakov (RKO), 2. Kadzimahamedau (Białoruś), 3. Dake (USA), Abdurakhmonov (Uzbekistan);

125 kg w st. wolnym M: 1. Steveson (USA), 2. Petraszwili (Gruzja), 3. Zare (Iran), Akgul (Turcja).

SOBOTA, 7 LIPCA

Kajakarstwo

2:44 - C-11000 m M, półfinały: Glazunow;

3:14 - K-4500 m K, półfinały: Polska (Naja, Puławska, Iskrzycka, Wiśniewska);

4:31 - C-11000 m M, finał B: ew. Glazunow;

4:39 - C-11000 m M, finał: ew. Glazunow;

5:00 - K-4500 m K, finał: ew. Polska.

Kolarstwo torowe

8:48 - keirin M, eliminacje: Rudyk/Maksel;

9:19 - keirin M, repasaże: ew. Rudyk/Maksel;

9:55 - madison M: Sajnok, Staniszewski

Lekkoatletyka

0:00 - maraton K: Nadolska, Lisowska, Mach;

12:35 - skok wzwyż K, finał: Liwinko, -

13:40 - 1500 m M, finał - Rozmys;

14:30 - 4x400 m K, finał: Polska (Święty-Ersetic, Baumgart-Witan, Kaczmarek, Hołub-Kowalik, Baćmaga, Gacka, Kiełbasińska, Lesiewicz);

14:50 - 4x400 m M, finał: ew. Polska (Zalewski, Duszyński, Grzegorzewicz, Kowaluk, Krzewina, Rzeźniczak, Suwara).

Pięciobój nowoczesny

M - Gutkowski, Stasiak - pływanie: 7:30, szermierka: 8:45, jazda konna: 10:15, bieg ze strzelaniem: 12:30.

NIEDZIELA, 8 UPCA

Kolarstwo torowe

3:00 - omnium K, scratch: D. Pikulik;

3:24 - keirin M, ćwierćfinały: ew. Rudyk/Maksel;

3:45 - omnium K, wyścig na tempo: D. Pikulik;

4:09 - keirin M, półfinały: ew. Rudyk/Maksel;

4:26 - omnium K, wyścig eliminacyjny - D. Pikulik;

4:51 - keirin M, finał B: ew. Rudyk/Maksel;

5:00 - keirin M, finał: ew. Rudyk/Maksel;

5:25 - omnium K, wyścig punktowy: finał: D. Pikulik

Lekkoatletyka

0:00 - maraton K: Chabowski, Nowicki, Gardelewski.

13:00 - ceremonia zakończenia

Transmisje na kanałach TVP i Eurosportu

Sensacyjny mistrz olimpijski. „To jest jakieś szaleństwo!”

Przemysław Franczak,
Tokio
przemyslaw.franczak@polskapress.pl

ŃA

Lekkoatletyka

W Polsce był środek nocy, gdy Dawid Tomalamaszerował po złoty medal w chodzie na 50 km. Toniebył sen, choć pizze-rafiliśmy oczy ze zdumienia. 32-letni Polak został mistrzem olimpijskim! Robert Korzeniowski lubito. Amykochamy takie niespodzianki.

- Toniezwyczajny dzień dla mnie, nie mogę w to uwierzyć! Pracowałem na to całe życie. Kiedy miałem 15 lat, po raz pierwszy pomyślałem, że chciałbym zostać mistrzem olimpijskim. Wtedy jednak celowałem bardziej w 20 km, ale w tym roku zmieniło się wszystko. To był dopiero mój drugi ukończony start na 50 km i wygrałem. To jakieś szaleństwo - cieszył się na mecie Polak.

Olimpijski chód na 50 km rozegrano w Sapporo, ponad 1100 km od Tokio, bo w stolicy Japonii z powodu upałów byłoby to groźne dla zdrowia zawodników. Jednak w miejscowości, którą polscy kibice kojarzą najmocniej zeskokami narciarskimi i równie sensacyjnym olimpijskim złotem Wojciecha Fortuny, też nie było lekko. Gdy niesamowity Tomala, otulony białą-czerwoną flagą, przekraczał poprzeczkę czterech godzinach morderczego wysiłku linię mety, termometry pokazywały już 30 stopni Celsjusza.

To dlatego start wyznaczono na 5.30 miejscowego czasu, zawodnicy musieli zerwać się z łóżek o 1.30 w nocy. To już był trening dla organizmu, a dopiero 50 kilometrów marszu przy parnej pogodzie. Nie tylko dlatego były to zawody wyjątkowe, bo



Do tej pory największym sukcesem Dawida Tomali był medal na młodzieżowych ME z 2011 r.

ten dystans w programie igrzysk pojawił się po raz ostatni (medaliści po zawodach bardzo krytykowali tę decyzję).

Tomala, zawodnik AZS Politechnika Opolska, sędził w Sapporo Odori Parku jako zaprogramowany sukces. W połowie dystansu wyrwał do przodu, zbudował sporą przewagę i potem samotnie pokonywał kolejne kilometry. Walczył z samym sobą, okładał się lodem, chłodził wodą i pędził do mety. Nikt nie był w stanie go dogonić.

- Przez pierwsze 30 kilometrów szło mi jak po maśle. Upał nie doskwierał mi tak bardzo, czułem się jak na treningu - opowiadał później Tomala. - Natra-

Przez pierwsze 30 kilometrów szło mi jak po maśle. Upał nie doskwierał mi tak bardzo, czułem się jak na treningu

nie było tylko jeden odcinek, gdy szło się w pełnym słońcu i tam było gorzej, ale generalnie pogoda mi nie przeszkadzała. Na słynnych mistrzostwach świata w Dosze dwa lata temu (tam wielu zawodników schodziło z trasy, mdlało - red.) było znacznie gorzej. Tutaj wszystko układało się wspaniale, wręcz perfekcyjnie. 50 km jest niesłychanie nudne, pomyślałem sobie w pewnym momencie, że trzeba coś zrobić. I ruszyłem.

Nie pokonały go kryzysy, nie wisiła też nad nim groźba dyskwalifikacji przez sędziów. W pewnym momencie miał już ponad 3 minuty przewagi nad konkurentami. Metę przekroczył 36 sekund przed Niemcem Jonathanem Hilbertem i 51 przed Kanadyjczykiem Evan Dunfee'm. Po prostu zgarnął złoto w wielkim stylu, który przypominał wszystkim wielkie sukcesy Roberta Korzeniowskiego, trzykrotnego mistrza olimpijskiego na tym dystansie (raz wygrał też na 20 km).

Aleksandra Mirosław pobiła rekord świata, ale medalu nie zdobyła

Wspinaczka sportowa
Przemysław Franczak, Tokio

[*zenislaw.franczak@polskapress.pl]

6,84 sekundy, rekord świata. - Dokładnie taki czas przysnił mi się kilka dni temu - uśmiechała się Aleksandra Mirosław, która w tym tempie wbiegała na 15-metrową pionową ścianę. Swoją konkurencję wygrała, ale debiutująca na igrzyskach wspinaczkowe zawody w formie trójbój skończyła tuż za podium.

Wspinaczka sportowa weszła na igrzyska z przytupem. Wido-wisko, konkurencja, luźna atmosfera, głośna muzyka i kolorowe światła. I tylko jedna wada. Format, w jakim rozgrywana była w Tokio. Mirosław to mistrzyni świata w konkurencji na szybkość, tutaj musiała też mierzyć się z boulderingiem (czyli wspinaczką na trudność, bez asekuracji) oraz na prowadzenie (najbardziej klasyczna forma, kto wejdzie najwyżej). To tak, jakby kolarzowi torowemu kazać startować w kolarstwie górskim i rowerowym zjeździe. Pojedzie, ale niekoniecznie będzie zadowolony.

Chwała więc 27-letniej zawodniczce, że podjęła trud zakwalifikowania się na igrzyska, jej czwarte miejsce sprawia, że przed wspinaczami otwierają się nowe drzwi i ministerialne programy. A za trzy lata w Paryżu konkurencja na szybkość będzie miała osobny komplet medali. - I plan jest taki, żeby jechać tam walczyć o złoto - przyznawała Mirosław.

Specjalność Polki to najbardziej efektywna część trójbój, a przynajmniej łatwa doświadczenia nawet dla laików. Po prostu wyścigi, kto szybciej wybiegnie w górę. Układ chwytów zawodniczki znają na pamięć, on się nie zmienia.



Aleksandra Mirosław w trakcie olimpijskich zawodów

Mirosław po olimpijskiej drodze pomyślała z taką lekkością, jakby na chwilę wyłączyła grawitację. W finałowym biegu wykrciła rekord świata. Stary poprawiła o 0,12 sek, to w tym sporcie przepaść. - Czeakałam na ten rekord ostatnie dziesięć lat. Przez te wszystkie lata byłam blisko, ale nigdy wystarczająco. Wiedziałam jednak, że jestem gotowa go pobić, a nie będzie na to lepszego miejsca niż igrzyska. Udało się, ale wiem, że mogę z niego jeszcze coś urwać, z tegoczasu - mówiła Polka.

W dwóch kolejnych konkurencjach była najsłabsza w ośmioosobowym gronie finalistek, a mimo to medal był o włos. Wygrała niesamowita Słowenka Janja Granbert przed Japonkami Miho Nonaka i Akiyo Noguchi.

- Było naprawdę blisko, bo miałam tyle samopunktów, co Noguchi. Ale pomóc mi mogło tylko szczęście, więc w tym kontekście Akiyo dużo bardziej zasługiwała na ten medal niż ja. To jest bardzo piękne zwińczenie jej całej kariery, a ja będę mieć swój czas w Paryżu - podkreślała Mirosław.

© ®

REKLAMA

0010196870

ORLEN



SPONSOR STRATEGICZNY

Słupscy pięściarze zakończyli górski obóz w Zieleńcu

Krzysztof Niekrasz
krzysztof.niekrasz@gp24.pl



Boks

To był niezwykle pracowity okres. Przechodziliśmy dni przedstawiciele Słupskiego Klubu Bokserskiego Energa Czarni przebywali na grupowaniu sportowym w Zieleńcu (to jest część miasta Duszniki-Zdrój, województwo dolnośląskie). Prezesi jednocześnie trener klubu ze Słupska był zadowolony z wykonanej pracy.

Oprócz przedstawicieli ekipy Energa Czarni obecni byli uczestnicy programu Aktywna Akademia AP. Zajęcia prowadzili Eugeniusz Gołębiowski i Marek Pałucki. Poza treningami słupszczanie mieli też wolny czas na zwiedzenie malowniczych i pięknych terenów górskich.

Niezwykle ważną sprawą na zgrupowaniu jest atmosfera. A ta była prawdziwie rodzinna. Warunki dotreningowe były bardzo dobre. Jedzenie pyszne. Zawodnicy i Olimpia Drużba wykonali katorżniczą pracę. Zajęcia prowadzono w terenie i w hali. Wszyscy wytrzymali dozwolane obciążenia. Podczas tego obozu trzeba było trochę zdrowia zostawić, by potem to procentowało podczas walk w ringu. W dzisiejszym boksie niezwykle istotną rolę odgrywa przygotowanie kondycyjne. Przeprowadzono walki sparingowe. Rywalami słupszczan byli reprezentanci klubów województwa pomorskiego i warmińsko-mazurskiego. Nikt nie oszczędzał się i walczone na serio, bez żadnego odpuszczania. W rywalizacji koncentrowano się na technicznym boksie - oświadczył Marek Pałucki.

Trzeba zaznaczyć, że trzech pięściarzy ze Słupska (Wojciech Duszyński, Wadim Konszewicz



Ekipa Słupskiego Klubu Bokserskiego Energa Czarni podczas górnego zgrupowania. Od lewej: Marek Pałucki, Eugeniusz Gołębiowski, Olimpia Drużba, Wojciech Duszyński, Ryszard Giłej, Mikołaj Mystkowski, Wojciech Wróbel, Michał Krakowiak, Krystian Sasko



Trening sprawnościowy w hali. Na pierwszym planie Ryszard Giłej

i Ryszard Giłej) przygotowujecie się do finałów XXVII Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, która odbędzie się w trzeciej dekadzie sierpnia w Spale.

Niedługo, bo od 10 sierpnia wymieniona trójka będzie kontynuowała treningi na grupo-

waniu kadry województwa pomorskiego, które będzie przez tydzień w Łomży. Poza zawodnikami wezmą udział też trenerzy: M. Pałucki i Antoni Pałucki. Słupscy szkoleniowcy z optymizmem patrzą w przyszłość i liczą na udane występy swoich pod-

opiecznych podczas głównej imprezy w 2021 roku w Polsce.

Bez wyczerpującej pracy niczego w boksie i innych dyscyplinach sportu się nie osiągnie. By mieć medale trzeba harować. Naprawdę ten wysiłek zapoczątkuje. ©@



Zajęcia na otwartej przestrzeni w górach. Nad techniką ciosów pracuje Wojciech Duszyński



Zdobycie kondycji. Słupszczanie podczas biegu. Na czele Sebastian Sasko. Prowadzącego goni Mikołaj Mystkowski

Nowy sezon 2021/2022 w IV lidze pomorskiej

PUkanoia

Zaczyna się nowy sezon 2021/2022 w IV lidze pomorskiej mają spore oczekiwania.

Nareszcie dobiegł końca okres przygotowawczy. Zakończono sparingi. Znanie powiedzenie - skończyły się żarty, zaczynają się schody - można z powodzeniem sparafrazować w odniesieniu do rozpoczynającego się sezonu piłkarskiego edycji 2021/2022 w IV lidze pomorskiej. W niej wystąpi 21 zespołów. Wśród nich znajduje się 6 drużyn z podokręgu słupskiego. Są to: Gryf Słupsk, Pogoń Lębork, Bytovia Bytów, Sparta Sycewice, Anioły Garzegorze i Jantar Ustka. Tak więc w ten weekend piłka powędruje na środek i rozlegnie się pierwszy gwizdek sędziego głównego. Zaczynamy granie o mistrzowskie punkty. Życzymy powodzenia! Oto zestaw

par w inauguracyjnej, czyli w pierwszej kolejce. W Sycewicach Sparta - Chojniczanka II Chojnice (7 sierpnia, sobota, godz. 14), w Lęborku Pogoń - MKS Władysławowo (7 sierpnia, sobota, godz. 17, stadion przy ul. J. Kusocińskiego), w Pluszczu Gdańskim Czarni - Bytovia Bytów (7 sierpnia, sobota, godz. 13), w Pelplinie Wierzyca - Gryf Słupsk (7 sierpnia, sobota, godz. 17), w Rumi Orkan - Anioły Garzegorze (8 sierpnia, niedziela, godz. 12). Pauzuje Jantar Ustka. W pozostałych meczach sobotnio-niedzielnym rywalizować będą: Wikęd Luzino - Gryf Wejherowo, Grom Nowy Staw - Lechia II Gdańsk, Borowiak Czersk - Gedania Gdańsk, Arka II Gdynia - Jaguar Gdańsk. Spotkanie Kaszubia Kościerzyna - GKS Kowale odbyło się w piątek (6.08) i zakończyło się po oddaniu gazety do druku.

Krzysztof Niekrasz



Tomáš Piekarski to kapitan słupskiego Gryfa. Kibice liczą na dobrą i skuteczną grę doświadczonego pomocnika

Zaczynają granie piłkarze z okrugów

fH Skamizna

Również słupskaklasa okręgowa przystępuje do mistrzowskiej rywalizacji edycji 2021/2022. Grać w niej razem będzie osiemnaście zespołów (w poprzednim sezonie na tym szczeblu występowało dwadzieścia ekip).

Tegorocznymi beniaminkami są: Dolina Speranda Gałąźnia Wielka, Skotawia Dębica Kaszubska, Gryf II Słupsk i Brda Przechlewo. Bardzo skape były meldunki z gier kontrolnych rozgrywanych przez poszczególne zespoły. Prosto przedstawiciele klubów nie kwapią się z udzielaniem informacji i sprawiają wrażenie, że im najwidoczniej natym nie zależy. Aszkoda, bo promocja jest ważna, a czasami ma odbicie w środkach finansowych przyznawanych

przez rady miejskie i gminne. Faktem jest, że niektóre kluby dysponują zbyt skromnymi budżetami na działalność i ledwo wiążą koniec z końcem.

W pierwszej kolejce jesiennej zmierzą się w sobotę (7 sierpnia): Czarni Czarne - Lipniczanka Lipnica (godz. 16), Skotawia Dębica Kaszubska - Jantaria Pobłocie (16), Dolina Speranda Gałąźnia Wielka - KS Gryf/SMSS Słupsk (17); w niedzielę (8 sierpnia) grać będą: Gryf II Słupsk - KS Włynkówko (13, stadion przy ul. Zielennej), Brda Przechlewo - Piast U-57 Człuchów (16), MKS Debrzno - Sokół Wyczechy (18), Myśliwiec Tuchomie - Kaszubia Studzienice (18), Wybrzeże Objazda - GTS Czarna Dąbrówka (18). Mecz Start Miastko - Zawisza Borzytuchom rozegrał wczoraj (6.08). Gra zakończyła się po zamknięciu gazety.

Krzysztof Niekrasz

rodziny

GŁOS
DZIENNIK POMORSKI

Bezpłatny dodatek do gazety. Sobota, 7 sierpnia 2021r.

**„Ja nie umrę” – deklaruje.
Śpiewa dla nas
ponad pół wieku**

STR. 7



ЯЩЯ m i III
4-7 WRZ6S

m

04

**Maryla_κ
Rodowicz**

f

**Rodzina w pandemii.
• Jak naprawiać
i rozstawać się
z głową?**

STR. 4



**Pomidory.
Smak lata**

STR. 5-6



**Dla kogo
renta dożywotnia?**

STR. 9

Katarzyna Sklepik
katarzyna5klepik@polskapress.pl

DZIECI DOŚĆ DOBRYCH RODZICÓW

Komentarz

Dobra dziecka – to jedna z najpojemniejszych intencji na świecie i jednocześnie jedna z najporęczniejszych wymówek, bo któż ośmieli się dyskutować z rodzicielskim poświęceniem. Ale trzeba powiedzieć jasno – liczba dzieci skrzywdzonych „dla dobra” jest równa liczbie dobrych chęci nadnie piekła. Każdy z nas znatłumaczających pozostawanie w niszczącym, pdnym przemocy związku „dobrem dzieci”, wielu z nas widziało nawet własne metody wychowawcze, od których włos się jeży na głowie, stosowane, ajakże, „dla dobra dziecka”. Patrząc na rzecz kolejnej strony – niezależnie od tego, czy decydujemy się „dla dobra dziecka” rozstać, czy z tego samego powodu pozostać w związku, jak rodzice mamy psi obowiązek wykazać się odpowiedzialnością. Przypominanie otym, że zostając się z partnerem lub partnerką, nie bierzemy rozvodu z dzieckiem – mogłoby brzmieć jak truizm, gdyby nie fakt, że w Polsce mamy blisko 270 tysięcy alimenciarzy i alimenciarek. W setki tysięcy idzie tak że liczba rodziców płci obojga, którzy uważają, że spacer poparku czy kinoraż nadwa tygodniowo z alimentami aż nadto, by mieć poczucie spełnienia obowiązku rodzicielskiego. Nikt nie wie ile jest par, które dzieląc codzienność, czynią sobie z niej piekło. W każdym z tych przypadków najwięcej tracą dzieci. Widzą więcej, czują więcej, rozumieją więcej, niż dorosłym się zdaje. Ale na szczęście, żeby dostać dobry posag na dalsze życie nie potrzebują dzieciństwa idealnego i idealnych rodziców. Rozwód nie zabierze im szans na przyszłe szczęście, podobnie jak zwyczajne kłótnie opietruszkę czynny podobnie ważki problem. Żeby dziecko mogło rozwijać swój potencjał, wystarczy mu rodzicewystarczająco dobry. Tacy, którzy potrafią zobaczyć w dziecku odrębnego człowieka z odrębnymi problemami i uczuciami. A nade wszystko będą w życiu dziecka aktywnie obecni. I miejsce zamieszkania, razem czy osobno, nie ma z tym nic wspólnego.

Całe lata 90. głównie siedziałam w domu, zajmowałam się rodziną, domem, dziećmi, mężem. Wtedy jeszcze nie było plenerowych koncertów. Nie było więc wyjazdów...

Maryla Rodowicz, piosenkarka



MODA

Jaką rolę odgrywają zabawki w rozwoju dzieci?

Niosą ze sobą nie tylko rozrywkę, ale też walory edukacyjne



KSIĄŻKA

Jak dowiedzieć się prawdy o samym sobie, zanim życie wymknie się spod kontroli?

Cykl powieści graficznych dedykowany jest młodym czytelnikom, poruszane są w nim ważne tematy społeczne. Składają się na niego pojedyncze albumy poświęcone nastoletnim bohaterom znanym z komiksów DC. Świat oglądany oczami młodych ludzi nie zawsze jest pięknym i przyjaznym miejscem, a problemy, z którymi przyjdzie zmierzyć się bohaterom, przerosłyby niejednego dorosłego. Na szczęście w ich życiu nie zabraknie też miejsca na przyjaźń, radość i szalone przygody.

Autorami poszczególnych tomów są doskonale znani nastoletnim czytelnikom pisarze tworzący literaturę dla młodzieży, jak Kami Garcia („Piękne istoty”), Lauren Myracle („3maj się”) czy Leigh Bardugo („Grisza”). Za warstwę graficzną odpowiadają utalentowani ilustratorzy i rysownicy, jak Gabriel Picolet, Kit Seaton czy Manuel Preitano.

Garfield Logan (Młodzi Tytani: Beast Boy) przez całe

życie niczym się nie wyróżniał. Siedemnastolatek z zielonymi pasmami we włosach nie potrafił zwrócić na siebie uwagi nawet w tak małym mieście jak Edentown w stanie Georgia – a czas ucieka. Trzecia klasa liceum dobiega końca. Jeśli Gar nie znajdzie jakiegoś sposobu na to, żeby zaimponować popularnym dzieciakom w liceum Bull Creek, już nigdy się nie dowie, jak to jest być znanym i lubianym. Przyjaciele Gara, Stellai Tank nie mogą zrozumieć, dlaczego tak bardzo mu zależy na opinii innych, i tęsknią za swoim zabawnym kumplem od wcinań pizzy i grania w gry komputerowe. Gdy Gar przez przypadek podejmuje szalone wyzwanie, udaje mu się zaimponować szkolnej elicie, co kompletnie zmienia jego status. Ale to niejedyna rzecz, która się nagle zmienia w jego życiu. W ciągu jednej nocy Gar rośnie o dziesięć centymetrów, przechodzi mutację i robi się silniejszy i szybszy. Wreszcie zdobywa to, czego tak bardzo pragnął, ale popularność ma swoją cenę. Gar musi dwoić się i troić, żeby nie stracił szacunku w oczach nowych znajomych. Postanawia stawić czoła przeszłości... (KS)

Ciekawość świata, ciągła potrzeba jego eksploracji i właściwie nieograniczona wyobraźnia sprawiają, że zabawa zajmuje niezwykle ważne miejsce w życiu dzieci. Dlatego tak istotne jest zwracanie rodziców uwagi na jakość oraz walory edukacyjne zabawek.

Odpowiednio dobrane nie tylko zagwarantują radość, ale co najważniejsze – pozytywnie wpłyną na motorykę rozwoju i ich wszechstronny rozwój, także ten emocjonalny.

Dzieciństwo to czas przeznaczony na zabawę. To dzięki niej dzieci rozwijają swoją wyobraźnię i inteligencję, trenują swoje zdolności motoryczne i wzmacniają pewność siebie. Bardzo często zdarza się, że dzieci niereagują na zabawki wybrane przez rodziców, tak jak oni tego oczekiwali.

Często wynika to z faktu, że decydując się na zabawkę, pod uwagę nie jest brany okres rozwojowy dziecka lub jego indywidualne zainteresowania.

Szczególnie ciekawe świata są niemowlaki: fascynują się tak naprawdę wszystkimi przedmiotami, które znajdują się w zasięgu ich rąk. Oglądają je, badają ich kształty i faktury, a często...

wkładają je do buzi. Dlatego tak ważne jest zwracanie uwagi na ich bezpieczeństwo i jakość wykonania.

Nic dziwnego, że dziś, gdy przywiązujemy większą uwagę do tych aspektów, powróciliśmy do naturalnych i ekologicznych rozwiązań. Jakościowe i estetyczne zabawki, wykonane z naturalnych materiałów, takich jak drewno, wróciły do mody, ciesząc się coraz większym zainteresowaniem wśród rodziców.

Sama użyteczność zabawek to niejedyna cecha, o której powinni pamiętać rodzice. Niezwykle ważne jest też bezpieczeństwo oraz jakość wykonania. Doskonałym rozwiązaniem są zabawki wykonane z certyfikowanych materiałów, dodatkowo wyróżniające się estetyką oraz posiadające cenne walory edukacyjne. Kompletny asortyment naszego sklepu, mamy na uwadze te aspekty i robimy wszystko, by rodzice znaleźli dla swoich pociech zabawki, które spełnią oczekiwania zarówno maluchów, jak i ich samych – mówi Ewa Oleksa-Kopeć, ekspertka ds. rozwoju marki Filele.

Gdy dzieci są nieco starsze, zaczynają interesować się wszelkiego rodzaju przytulankami, które często awansują do roli ich pierw-

szych przyjaciół i powierników: to dzięki nim dwu- i trzylatki mogą stawiać swoje pierwsze kroki w relacjach międzyludzkich, odgrywając z nimi sceny zaobserwowane u dorosłych, na przykład rozmowy i sposoby okazywania emocji.

Zabawki, które przeznaczone są dla przedszkolaków, powinny być znacznie bardziej rozbudowane niż te produkowane z myślą o młodszych dzieciach. Mają na celu pobudzanie wyobraźni i podtrzymywanie zainteresowania maluchów, by mogły w pełni wykorzystać ich potencjał.

W wieku przedszkolnym dziecko zaczyna nawiązywać kontakty z rówieśnikami, rozwijając w ten sposób swoje kompetencje społeczne. W tym okresie kształtują się jego nawyki, umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji oraz możliwe techniki ich regulowania. Dlatego tak istotne jest, by zabawki, którymi się otacza dziecko, pobudzały te procesy i umożliwiały wszechstronny rozwój – podkreśla Marzena Martyniak, międzynarodowy psycholog, założycielka Instytutu Rozwoju Emocji.

Zabawa na świeżym powietrzu to doskonała okazja zarówno dla dzieci, by rozwijały swoje zdolności moto-

ryczne i jeszcze efektywniej odkrywały otaczający je świat, jak i dla rodziców: by mogli aktywnie towarzyszyć swoim pociechom w tym ważnym procesie.

Nauka jazdy na rowerze czy pierwsza wspólna gra w piłkę to nie tylko perspektywa radośnie spędzonego czasu, ale także gwarancja wspomnień, które zostaną z całą rodziną na lata.

Chyba każdy z nas pamięta swój pierwszy rower. By zapewnić dzieciom i rodzicom najwyższe standardy i jakość, wprowadziliśmy do naszego sklepu interaktywne rowery, które umożliwiają bezpieczną naukę jazdy, trening równowagi i aktywność ruchową, a dodatkowo charakteryzujące się wygodą i pięknym wykonaniem – mówi Ewa Oleksa-Kopeć.

Uważny i świadomy wybór przez rodziców zabawek pomaga dzieciom rozwijać wyobraźnię, rozumieć i poznawać świat oraz złożoność relacji międzyludzkich i ich własnych emocji. Dlatego tak ważne jest, by zapewniać pociechom takie zabawki, które niosą ze sobą nie tylko rozrywkę, ale również cenne walory edukacyjne. Nie powinny być tylko ładne i kolorowe. Bo to za mało.

(KS)

Cześć! Mam na imię Ola i mam chłoniaka. 24-latka apeluje o pomoc

Kiedy skończyła 18 lat, zapisała się w bazie dawców szpiku. Nie wiedziała wtedy, że stanie po drugiej stronie - będzie potrzebowała przeszczepu

Zgaś się na dawcę szpiku

Oprac. Anna Czerny-Marecka
anna.marecka@polskapress.pl

Ola ma plany, marzenia - i chłoniaka, z którym walczy od grudnia 2020 roku. Do tychczas to ona wspierała innych jako honorowy dawca krwi, a teraz sama potrzebuje pomocy. Gdy skończyła 18 lat, zarejestrowała się do Bazy Fundacji DKMS, by uratować kiedyś życie osobie potrzebującej przeszczepienia. Nie sądziła, że za kilka lat to ona będzie pacjentką hematologią, dla której rejestrować będą się inni.

Choroba zaczęła się niewinnie - od bólu pleców. Ola myślała, że przyczyną jest siedzący tryb życia. Po prześwietleniu klatki piersiowej okazało się, że w 2/3 płuca znajduje się płu. 1 grudnia została skierowana do szpitala na oddział pulmonologiczny. Pościągnięciu płynu z opłucnej założono jej na cztery tygodnie drenaż - przetzen czasciągnięto z płucokoło 14 litrów płynu. Po kilku tomografiach i biopsji Ola usłyszała diagnozę: chłoniak limfoblastyczny typu T w kierunku ostrej białaczki. Po dwóch ty-



Ola przejdzie przeszczep szpiku. Zachęca innych, żeby zostali dawcami

godniach spędzonych na pulmonologii została przewieziona do Szpitala MSWiA w Olsztynie, gdzie rozpoczęła chemioterapię.

- Diagnozę usłyszałam, leżąc na pulmonologii - zaczyna swoją historię Ola. - Nie dość, że towarzyszył mi ogromny ból, to nikogo bliskiego przy mnie nie było, ponieważ przez pandemię obowiązywał zakaz odwiedzin. Moja reakcja? Niedowierzanie, szok, strach. Od grudnia przyjechałam 5 cykli chemioterapii. W kwietniu tomograf wykazał, że nastąpiła remisja - guzy wchłonięły się, a w maju zabrano mnie do Katowic na przygotowanie do autoprzeszczepu szpiku. Miałam być dawczynią dla samej siebie. Przeszłam przez cały proces przygotowania i pobrania komórek do autoprzeszczepu. Po powrocie do domu miałam odpocząć i już tylko czekać z nadzieją na lepsze jutro oraz kolejną wizytę w Katowicach, która miała odbyć się 7 lipca. Zaraz po niej miał być autoprzeszczep. Podczas pobytu w domu ból wrócił, leki

przeciwbólowe nie działały - zgłosiłam się do szpitala. Niestety, okazało się, że choroba wróciła i autotransplantacja jednak nie będzie możliwa. Kolejny raz świat wywrócił się go góry nogami - mnie i moim bliskim.

Ola została zakwalifikowana do przeszczepienia krwiotwórczych komórek macierzystych od dawcy spokrewnionego.

Mam już dawcę spokrewnionego - będzie nim mój tata, który jest zgodny ze mną tylko w 50%. To może okazać się niewystarczające, dlatego zachęcam was do rejestracji w bazie potencjalnych Dawców Szpiku Fundacji DKMS. To tylko kilka prostych kroków, by dać szansę na życie osobom, które tak jak ja walczą z nowotworem układu krwiotwórczego lub limfatycznego. Jako dawczyni komórek macierzystych - i pacjentka jednocześnie - potwierdzam, że donacja nie boli, a może uratować nam - chorym życie i pozwolić na powrót do zdrowia, bliskich i zwykłej codzienności, za którą tak bardzo tęsknimy - apeluje Ola.

Chłoniak

Chłoniaki to liczna i zróżnicowana grupa chorób nowotworowych, wywodzących się z układu limfoidalnego, czyli chłonnego. Według częstości występowania są w pierwszej dziesiątce nowotworów złośliwych na świecie - plasują się na ósmej pozycji. W Polsce chłoniaki rozpoznaje się u ok. 8000 osób rocznie.

Niektórzy pacjenci z chorobą nawrotową bądź oporną na leczenie - chemioterapię i radioterapię - wymagają przeszczepienia krwiotwórczych komórek macierzystych. W pierwszej kolejności rozważa się przeszczepienie komórek autologicznych, czyli pochodzących od samego pacjenta. Czasem jednak, ze względu na rodzaj i przebieg choroby, brane pod uwagę jest przeszczepienie allogeniczne. Wówczas krwiotwórcze komórki macierzyste pochodzą od innej osoby - zgodnego dawcy spokrewnionego lub niespokrewnionego - tłumaczy Tigran Torosian, dyrektor medyczny Fundacji DKMS.

TRYCHOLOG RADZI

Spragnione włosy latem. Co zrobić, kiedy są przesuszone, puszą się i są niesforne?

Twoje włosy przypominają przysłowiowe „sianona głowie”? To sygnał, że mogą być przesuszone. Jak temu zaradzić i jak je zregenerować - odpowiada trycholog.

Latem włosy są narażone na promienie UV, wysokie temperatury, wiatr, a także kontakt ze słońcem czy chlorowaną wodą. Są to czynniki, które mocno osłabiają ich kondycję i mogą prowadzić do przesuszenia. Przyczyn wpływających na przesuszenie włosów jest jednak znacznie więcej, jak na przykład: wulgarne nieprawidłowa pielęgnacja - czy częsta kolorystyka lub ondulacja, nadużywanie środków i urządzeń do stylizacji, a także dieta zbyt uboga w witaminy oraz substancje odżywcze.

- Kondycję włosów trudno prawidłowo ocenić tylko na podstawie ich wyglądu. Najlepszym rozwiązaniem, kiedy od dłuższego czasu borykamy się z problemami włosów, jest skorzystanie z konsultacji specjalisty. Może on ocenić stan włosów i skóry głowy. W ramach trychoskopii, nieinwazyjnego badania, można przeprowadzić analizę jakości włosa oraz stopnia odżywienia. Dzięki badaniu możemy w dużym stopniu zobaczyć, co dolega włosom, czego im brakuje i jakie działania warto podjąć, aby poprawić zarówno kondycję skóry głowy, jak i łodygi włosa - mówi Anna Mackojć, trycholog z Instytutu Trychologii.

Po pierwsze, ochrona

Latem, pod wpływem kontaktu włosów ze słońcem, mogą otwierać się łuski tworzące naturalną barierę ochronną. Wówczas promienie UV będą wnikać w strukturę włosa i niszczyć warstwę korową. Zdecydowanie lepiej jest zapobiegać niż walczyć ze skutkami m.in. przesuszenia włosów, dlatego w pierwszej

kolejności powinniśmy zadbać o ochronę włosów latem, stosując preparaty z filtrem UV. Równie destrukcyjny wpływ na włosy ma częsty kontakt z chlorowaną morską wodą. Aby ograniczyć skutki tego zjawiska, należy w pierwszej kolejności dokładnie wypłukać z włosów resztki chloru lub solisoraz zastosować na przykład głęboko nawilżającą maskę.

Po drugie, pielęgnacja z nawilżaniem i regeneracją

Przesuszone włosy wymagają szczególnej uwagi - już muśnięcie ich może spowodować uszkodzenie. Należy więc z nimi obchodzić się delikatnie, nie szarpiąc ich, a przy suszeniu nie pocierając mocno ręcznikiem. Do mycia włosów warto wybierać szampony nawilżające, zawierające filtr UV oraz maski odżywcze, domykające łuski włosa. Sprawdzają się także produkty odżywcze z ceramidami i lipidami oraz produkty bez spłukiwania, które zawierają polimery ochronne, zapobiegające utracie wody i zabezpieczające przed uszkodzeniami mechanicznymi.

Czasami, gdy włosy są zbyt przesuszone i osłabione, domowa pielęgnacja okazuje się niewystarczająca.

- Wówczas warto sięgnąć po zabiegi dostępne w gabinetach trychologicznych. Ciekawym odkryciem jest puder perłowy, uzyskiwany z autentycznych czarnych perł japońskich. Proteina perłowa zawiera 20 niezbędnych aminokwasów, które są potrzebne do wytworzenia ciała włosa. Można także z sukcesem wykorzystywać do regeneracji ekstrakt z zielonego kawioru, który ma właściwości higroskopijne, co zapewnia włosom idealne nawilżenie i utrzymanie hydratacji. Dodatkowo ze względu na dużą ilość witamin i minerałów, chroni łodygę włosa przed szkodliwym promieniowaniem - wyjaśnia Anna Mackojć. (MARA)



WARTO mmm

JAK ZOSTAĆ POTENCJALNYM DAWCĄ SZPIKU

Rejestracja do bazy potencjalnych Dawców szpiku Fundacji DKMS jest bardzo prosta. Wystarczy wejść na stronę: <https://www.dkms.pl/dzialaj/dolacz-do-akcji/ola-chce-zyc-i-zamowic-paket-rejestracyjny-do-domu>. Gdy pakiet przyjdzie pocztą, należy postępować zgodnie z załączoną instrukcją. Pakiet należy odesłać do Fundacji DKMS. Rejestracja jest całkowicie bezpłatna, a pakiet wystarczy wrzucić do skrzynki pocztowej, wykorzystując kopertę zwrotną.

Rodzina w pandemii. Jak naprawiać i rozstawać się z głową?

Moemium

Emilia Bromber
emilia.bromber@polskapress.pl

Pandemia pozwoliła ludziom podjąć decyzje, z którymi zwlekali od lat – część zdecydowała się na terapię dla par, część stwierdziła, że nie ma czego kleić i podjęła decyzję o rozstaniu. Gdzie w tym wszystkim znalazły się dzieci i jak pomóc rodzinie w sytuacjach kryzysu? Rozmowa z Beatą Kolską-Lach, psychologką i współzałożycielką Terenowego Komitetu Ochrony Praw Dziecka w Poznaniu.

WPo ke cotrzecie małżeństwo kończy się rozводом. Rocznie orzekanych jest ich około 65 tysięcy. Do tego należy dodać rozpad związków nieformalnych. Z kim zostaje dziecko?

Nie ma jednej, dobrej drogi – zachęcamy do szukania rozwiązań dopasowanych do każdego dziecka. Być może dla danego dziecka będzie dobre, że zamieszka z mamą, a z tatą będzie miał bardzo regularny dzień opieki – unikamy powiedzenia „kontakty z tatą”, bo uważamy, że najlepszym rozwiązaniem – o ile to tylko możliwe – jest, gdy oboje rodziców zachowują pełnię władzy rodzicielskiej i współuczestniczą w opiece nad dzieckiem. Mniej ważne jest to, czy to będzie forma 7/7,3/45/2 dni i różne inne kombinacje. To zależy od wielu czynników, między innymi od tego, co się dotychczas działo w życiu dziecka, czy pojawili się nowi partnerzy i jaki stosunek ma do nich dziecko, atakże od sytuacji finansowej i mieszkaniowej.

Czy najlepsza forma zajmowania się dzieckiem to opieką naprzemienną?

Tak, to dobra forma, a lenie jest to rozwiązanie dla każdego dziecka. Również dlatego, że wymaga ono doskonałej współpracy rodziców pomiędzy sobą. Trudno sobie wyobrazić, żeby skłóceni rodzice, którzy w ogóle z sobą nie rozmawiają i dla których prawie niemożliwe jest podjęcie jakiegokolwiek wspólnej decyzji sprawowali opiekę naprzemienną. Wtedy dziecko żyje jak na tykającej bombie. Nawet jednak skonfliktowanych rodziców zachęcamy do wypracowania porozumienia – wtedy mają oni pewność, że scenariusz na życie dziecka i swoje pisać sami. Przy KOPD działa ośrodek mediacyjny, pracujący



Beata Kolska-Lach

w nim mediatorzy pomagają wypracować porozumienia rodzicielskie, które będą mogły być przedstawione w sądzie.

Co jeśli nie dojdzie do porozumienia?

Jeśli rodzice nie mogą dojść do porozumienia, to wtedy sąd kieruje całą rodziną na badania psychologiczno-pedagogiczne, a czasem też psychiatryczne. Opinia biegłych stanowi jeden z dowodów w sprawie rozwodowej, a sędziowie bardzo mocno się nią kierują. Najważniejsze jest to, aby szukać dobrego rozwiązania dla dziecka i unikać sytuacji, gdzie stajesz się ono orężem w walce rodziców. To niestety dotyczy bardzo wielu par.

Jak lockdown i epidemia koronawirusa wpłynęły na rodziny?

Kiedy rzuciliśmy hasło o stańmy w domach i broniliśmy się przed wirusem wiele rodzin w swoich czterech ścianach poczuło się bezpiecznie. Jednak w innych domach problemy skupiły się jak w soczewce – alkohol, przemoc, wzajemna wrogość, przekleństwa – to wszystko nie zniknęło razem z zamknięciem, a wręcz się nasiliło. Ciekawa obserwacja jest taka, że po uruchomieniu różnych form pomocy online czy porad telefonicznych osoby mówiły, że było im prościej zdobyć się na pierwszy krok i opowiedzieć o problemach. Pandemia pozwoliła ludziom podjąć decyzję, z którymi zwlekali od lat – część zdecydowała się na terapię dla par,



Rodzice muszą się porozumieć w kwestii opieki nad dziećmi

część stwierdziła, że nie ma czego kleić i podjęła decyzję o rozstaniu.

Ile czasu należy dać sobie na naprawienie, zanim podejmie się decyzję o rozstaniu?

Oczywiście nie ma jednej miary, natomiast warto dać sobie jak najmniej czasu, żeby pójść do specjalisty. Ludzie mobilizują się do zmiany, ale bez wsparcia psychologa, mimo nawet najlepszej woli, bardzo często wciąż wchodzą w stare, utarte schematy. Jeśli do tego dołożymy trudności w pracy, problemy zdrowotne i lockdowny, to wyjście z kryzysu komplikuje się jeszcze bardziej. Rozumiemy, że wielu rodziców z różnych przyczyn nie chce, nie umie, nie potrafi, nie ma już siły ratować związku, ale każdej parze zadajemy pytanie: czy na pewno zrobiliście państwo wszystko, żeby nad związkiem popracować i przez ten kryzys przejść? Obserwujemy, że w bardzo wielu przypadkach decyzja o rozstaniu jest pierwszą reakcją na kryzys i nie ma żadnych prób naprawczych. Uważamy, że zawsze warto przyjrzeć się, co w związku poszło nie tak, bo z jakiegoś powodu osoby te weszły we wspólną relację.

KOPD działa od prawie czterech dekad. Jak przez te lata zmieniła się wasza praca?

Niezmienne od 37 lat pomagamy dzieciom krzywdzonym i ich rodzinom, prowadzimy działania profilaktyczne, edukacyjne, interwencyjne.

Edukujemy dzieci w zakresie ich praw oraz tego, gdzie mogą się zwrócić po pomoc. Szkolimy specjalistów, jak pomagać dzieciom krzywdzonym i pracować z ich rodzinami. Przez lata formy pomocy ewoluowały, przez nasze ręce przewinęły się tysiące rodzin. Zaczynaliśmy od jednego dyżuru w tygodniu, dziś jesteśmy instytucją pomocową świadczącą pomoc codziennie od rana do wieczora. Rocznie w Poznaniu pomoc psychologiczną, pedagogiczną i prawną uzyskuje u nas około 3,5 tysiąca rodzin. Kiedy czasem myślę, jak długą drogę przeszliśmy, wspominam również komitetowe kampanie społeczne. Jedną z pierwszych, zakrojonych na skalę ogólnopolską była akcja otwierania drzwi szpitalnych. Dziś niedo pomyślenia, ale wiele lat temu, oddając dziecko do szpitala, rodzic nie miał możliwości kontaktu z nim. Starsi pamiętają, że istniał system goździków czekolad dla pielęgniarek. To się zmieniło między innymi dzięki akcji KOPD – uświadamialiśmy rodzicom i personelowi medycznemu, jak ważna dla procesu zdrowienia dziecka jest obecność osoby bliskiej. Jednak przez wiele lat jedna rzecz pozostała niezmienna: największą grupą zgłaszanych dzieci stanowią dzieci uwikłane w konflikt rodziców w trakcie rozstania.

Jak pomóc takiemu dziecku?

Bardzo ważne jest, żeby dziecko zaprowadzone do psy-

chologa przez jednego z rodziców nie czuło się podświadomie zaproszone do koalicji z nim. Dziecko musi usłyszeć, że szukamy pomocy dla niego i dla obojgu rodziców. Oczywiście jeśli któryś z opiekunów nie zgodzi się na konsultację, to wtedy pracujemy z tylko z jednym rodzicem, ale zawsze staraliśmy się włączyć do konsultacji psychologicznych dwie strony. Nasza praca skupia się na tym, żeby wzmocnić dzieci w pokonywaniu trudności, a rodzicom staramy się pomagać szukać optymalnie dobrych rozwiązań.

Jak na dzieci wpłynęła epidemia i zamknięcie w domach? Niektórzy twierdzą, że nie się stało, bo dzieci posiedziały przez półtora roku w domu.

Absolutnie nie zgadzam się z tym stwierdzeniem. Dzieci doznały realnej straty przed szkołą, szkołą, życia z rówieśnikami, zajęć pozalekcyjnych i aktywności ważnych dla danego okresu rozwojowego. Wyobraźmy sobie młodego człowieka, który półtora roku spędza przed ekranem, a kontakty z rówieśnikami może utrzymywać tylko w sieci. Gdy otworzymy obojętnie jakiś podręcznik do psychologii, to przeczytamy w nim, że jednym z zadań rozwojowych młodego człowieka jest uczenie się budowania relacji. Jak możemy budować relacje, jeśli jesteśmy zamknięci w domu?

Z drugiej strony dorośli narzekają, że dzieci całe godziny spędzają przed ekranami...

Zawsze mówię rodzicom, że jeżeli wyrywamy z rąk dzieci telefony, tablety czy iPody, to żeby nie powstała pustka musimy dać im coś w zamian. Należy też spojrzeć, jak my spędzamy czas i jaki przykład dajemy dzieciom. Jeżeli dziecko wyjdzie zeszłorocznej przysłowiowej norki i widzi, że każdy z domowników zatopiony jest w internecie, to po co ono w ogóle ma z niej wychodzić?

Skutki zamknięcia dzieci w domach pewnie będzie można analizować w dalszej przyszłości, ale czy oprócz zaburzenia w budowaniu relacji z rówieśnikami zauważyła Panica jeszcze?

Mam dwie obserwacje w tej kwestii. Pierwsza dotyczy powrotu do szkoły. Turadość od-czuwały głównie młodsze dzieci. Starsze bały się powro-

tu i rozliczania ich z nauki zdalnej, dlatego chylę czoła przed nauczycielami, którzy rozumieli, że po powrocie do szkoły nie jest ważne to, czy dziecko doskonale się wyspowiada z tabliczki mnożenia i będzie znało wszystkie dopływy Nilu, a lenadrobienie za ległości w rozwoju społecznym dzieci. Dodatkowo u młodszych, która ma zaburzenia lękowe, trudności w nawiązywaniu relacji, fobie szkolne itp. nauka online wzmocniała dotychczasowe zaburzenia. Dla nich perspektywa, że mają znów stanąć przed rówieśnikami spowodowała nasilenie się objawów i bardzo wiele dzieci kończyło rok szkolny na zwolnieniu lekarskim.

Jaka jest druga obserwacja?

Dru ga obserwacja dotyczy wypoczynku letniego. Byliśmy przekonani, że potak długim okresie siedzenia w domu dzieci wyfruną jak na skrzydłach na wszelkie formy kolonii i obozów. Tak też się stało, ale nagle podwóh, trzech dniach dzieci, które miały już ogromne doświadczenie w wyjazdach i czasowej rozłące z bliskimi, zaczęły strasznie tęsknić za domem. Do tego stopnia, że nie spały, płakały a nawet się moczyły – tak jakby na nowo przeżywały lęk separacyjny. Wiele z nich chciało wracać do domu. Mam niestety sygnały, że nie wszyscy wychowawcy obozowi rozumieli podłoże tej sytuacji i nie zawsze udało się dzieciom zapewnić niezbędne wsparcie.

W jaki sposób wynagrodzić dzieciom i nadrobić ten stracony czas?

Przed wszystkim dzieci potrzebują różnych form spędzania czasu z rówieśnikami i należy im to zapewnić w maksymalny sposób, bo nie wiemy, co nas czeka, kiedy wrócimy z wakacji. Można zaprosić rówieśników do domu, zgodzić się na nocowanie koleżanek. Można wspólnie z dzieckiem pojechać na działkę, zapraszając na ten wyjazd jego kolegów. Nikt z nas nie wie, co przyniesie jesień i na ile będziemy musieli się mierzyć z czwartą falą pandemii. Dlatego warto pamiętać, by właśnie teraz i sobie, i dzieciom stworzyć jak najlepsze warunki do odreagowania napięcia, oderwania się od śledzenia komunikatów covidowych, wyjścia poza codzienną rutynę.



Warzywa

Milena Kochanowska
m.kochanowska@glos.com

Właśnie teraz są pełne smaku i składników odżywczych.

Im dojrzalsze i czerwieniejsze, tym samym bogatsze w likopen, któremu zawdzięczają swoją barwę. Kupujmy je i objadajmy się nimi do woli. Są doskonałe w zupach i chłodnikach, rozmaitych sałatkach, jako dodatek do drugiego dania, składnik koktajlu, sosu czy dipu. Na surowo, pieczone, gotowane, a później z puszki czy suszone. Smaczne i niezwykle zdrowe!

Pomidory pochodzą z Ameryki Południowej. Włoskie nazywane były złotymi jabłkami lub jabłkami miłości, bo przypisywano im właściwości afrodyzjakalne. Należą do najpopularniejszych warzyw na świecie.

Jedną z najcenniejszych substancji aktywnych występujących w pomidorze jest czerwony barwnik - likopen. Badania dowiodły, że związek ten opóźnia proces starzenia. Chroni też nasz organizm między innymi przed chorobami nowotworowymi, schorzeniami układu pokarmowego i układu krążenia. Likopen neutralizuje również procesy wywołane przez promieniowanie UV. Badania dowiodły nawet, że codzienne, regularne jedzenie pomidorów zapewnia nam naturalną ochronę przeciwśłoneczną.

Pomidory zawierają też niezbędne dla nas mikro- i makroelementy, takie jak: sód i potas, który wpływa na kurczliwość mięśnia sercowego oraz sprawność mięśni szkieletowych. Jego niedobór powoduje osłabienie organizmu i brak łaknienia. Zawiera-

JEDZMY JE, BO WŁAŚNIE TERAZ SĄ PEŁNE SMAKU

Odmladzają, chronią przed słońcem i chorobami, i są... afrodyzjakiem!

ją także: wapń, żelazo, miedź, fosfor, nikiel, kobalt, magnez, mangan, brom, jod, nikiel, fluor, chrom oraz witaminy: A, B, C, E, kwas foliowy, likopinę, likoksantynę oraz likofl. W skład pomidorów wchodzi również: aminokwasy, enzymy, kwasy organiczne, fenolkwasy i kwasy tłuszczowe. Duża zawartość potasu korzystnie wpływa na pracę serca, bromki zawarte w pomidorach działają zaś kojąco na układ nerwowy. Znakomicie wpływają na pracę układu trawiennego oraz regulują pracę gospodarki mineralnej. Dzięki zawartości pektyn obniżają poziom cholesterolu we krwi. Pomidory stosuje się też w leczeniu otyłości.

Koktajl z tych pysznych warzyw jest bardzo orzeźwiający, a przygotowujemy go w kilka minut. Sparzone soczyste pomidory obieramy ze skórki i kroimy na kawałki. Blendujemy z kilkoma ząbkami czosnku, szczyptą soli i pieprzu. Podajemy z lodem i świeżą bazylią, melisą lub miętą.

A to kilka innych pomysłów, jak wykorzystać pomidory w kuchni.

FASZEROWANE POMIDORY Z RYŻEM

Składniki:
7 dojrzałych pomidorów, 20 dkg pieczarek, 150 dkg boczku, 1 cebula, 2 łyżki oleju, 1 woreczek gotowanego białego ryżu, 20 dkg sera żółtego, 1 jajko, 2 ząbki czosnku przeciśnięte przez praskę, sól, pieprz, oregano, szczypiorek

Pomidory myjemy, odcinamy kapelusze i wydrążamy środki. Miąższ z pestkami przecedzamy, odlewamy sok, który będzie potrzebny do zapiekania. Kroimy boczki, pieczarki i cebulkę, podpiekamy na oleju, przyprawiając solą i pieprzem. Mieszmamy z ugotowanym ryżem, dodajemy przyprawę i czosnek. Wbijamy jajko i dodajemy większość startego sera i pokrojony szczypiorek. Mieszmamy. Pomidory napełniamy farszem, posypujemy wierzch resztą startego sera, przykrywamy kapeluszami i przekładamy do naczynia żaroodpornego. Nadno naczynia wlewamy odrobinę oleju. Pieczemy w nagrzanym do 180-190 stopni piekarniku przez około 20 min. (www.pekpol.pl)

FASZEROWANE POMIDORY Z MIESEM

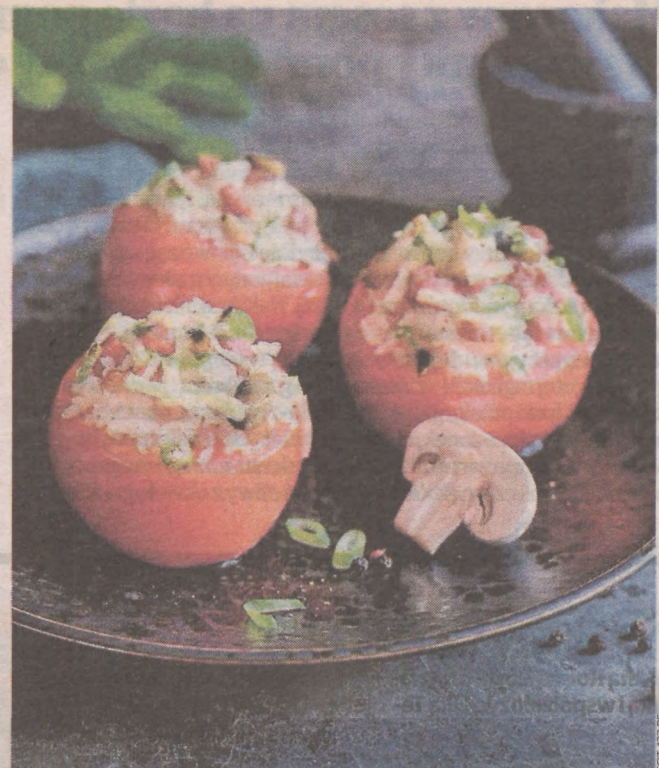
Składniki:
200g mięsa mielonego wieprzowego, 8 świeżych pomidorów, 200g pomidorów z puszek, 1 cebula, szklanka ugotowanego ryżu, 1 mozzarella, 2 łyżki oleju, mieszanka suszonych przypraw do spaghetti

Mięso mielone wraz z pokrojoną w kostkę cebulą smażymy przez około 8 minut, aż będzie rumiane. Ugotuj ryż. Do mięsa dodaj posiekane pomidory oraz mieszankę przypraw. Wszystko wymieszaj i duś, aż zgęstnieje. Farsz wymieszaj z ryżem. Możesz dodatkowo doprawić go świeżymi ziołami, np. bazylią. Ze świeżych pomidorów odetnij kapelusze z ogonkiem i łyżeczką pozbądź się pestek. Możesz je dodać do farszu. Do pustych pomidorów nakładaj farsz. Na wierzchu połóż plasterki sera mozzarella. Przykryj pomidory kapeluszami i zapiekaj w temperaturze 220°C przez 10 minut. (www.knorr.pl)

FASZEROWANE POMIDORY Z SERKIEM

Składniki:
dojrzałe pomidory 5 sztuk, świeża bazylija, 100g serek białych, 150g-200g kukurydza konserwowa, 1/2 puszki czosnek 1 ząbek, sól, pieprz

Pomidory umyć, odciać kapelusze i wydrążyć miąższ. Do sera kawałkowego dodać posiekaną bazylię, rozdrobniony czosnek, odsączoną z płynu kukurydzę oraz przyprawę do smaku. Całość wymieszać. Dno pomidorów wypełniać warstwowo: serkiem (1 łyżka), posiekanym miąższem pomidorów (bez nadmiaru wody) i ponownie serkiem. Przykryć kapeluszami. Podawać z rozmaitymi sałatkami. (piatnica.com.pl)



Makarony z sosem na bazie pomidorów to znakomity pomysł na pyszny obiad

Tagliatelle w stylu śródziemnomorskim: 250g makaronu tagliatelle, 100g pomidorków koktajlowych, 50g czarnych oliwek, pęczek świeżego tymianku, 1 łyżka oliwy z oliwek, 2 sztuki czosnku, 1 papryka chili, 1 puszka pomidorów pelati, 60g sera feta, mieszanka suszonych przypraw do spaghetti. Ugotuj tagliatelle w wodzie. Pomidorki pokrój na pół, posiekaj tymianek, chili i czosnek. Na rozgrzanej oliwie podsmaż chili i czosnek. Gdy

czosnek zacznie zmieniać kolor, dodaj pomidorki koktajlowe, pomidory z puszki, czarne oliwki, tymianek i mieszankę przypraw. Wszystko dokładnie wymieszaj, zagotuj. Dodaj gorący makaron. Pomieszaj. Nałóż na talerze, pokrusz z wierzchu serem feta.

Penne w pomidorowym sosie: 300g makaronu penne, 1 cebula, 1 cukinia, 1 marchew, 750g świeżych pomidorów, 1 łyżeczka suszonego oregano, 3 łyżki oliwy z oliwek, garść

świeżej bazylii, mieszanka suszonych przypraw do spaghetti. Makaron ugotuj al dente. Cebulę pokrój w półplasty, marchew obierz, cukinię i marchew pokrój w cienkie plasterki. W garnku na rozgrzanej oliwie podsmaż warzywa, dodaj doniczki obrane i pokrojone pomidory oraz mieszankę przypraw. Całość dokładnie wymieszaj i zagotuj. Sos dopraw do smaku suszonym oregano i garścią posiekanej bazylii. (www.knorr.plx2)



FOT. MAT. PRAS. KNORR



FOT. 123 RF



FOT. ORCHIDEA CREATIV GROUP



FOT. MAT. PRAS. KNORR



FOT. PIXABAY

Dań, w których pomidor gra główną rolę lub tylko towarzyszy innym składnikom, jest chyba niezliczona liczba. Po prostu wybierać i przebierać!

Frittata z szynką i pomidorami Szybkie gazpacho

Składniki:

5 dużych jajek, 1/2 szklanki mleka 3,2%, 1 łyżeczka masła do smażenia, 100g szynki, 2-3 pomidory, 100g sera żółtego, sól, pieprz czarny mielony, tymianek

Pomidory zaparujemy w gorącej wodzie i obieramy ze skórki, a następnie kroimy w grubsze plasterki. Szynkę kroimy w drobną kostkę. Odstawiamy. Jajka roztrzepujemy w misce z mlekiem, solą, pieprzem i potartym serem. Na patelni (z rączką, którą można wstawić do piekarnika) rozpuszczamy masło, wrzucamy szynkę i wlewamy masę jajeczną, na wierzchu rozkładamy pomidory, posypujemy tymiankiem. Frittate smażymy ok. 2 minut, a następnie wstawiamy do rozgrzanego piekarnika do 180 stopni na 15-16 minut. (www.pekpol.pl)

Składniki:

2 duże mięsiste pomidory, 4 łyżki bazylii, 4 gałązki oregano, 1 łyżka oliwy, sól, pieprz

Pomidory umyć i obrać ze skórki. Pokroić na mniejsze kawałki. Posiekać zioła. Donaczynia wrzucić pomidory i zioła, dodać oliwę z oliwek i 100 ml zimnej przegotowanej wody. Zmiksować. Doprawić.

Salatka z pomidorów i szynki Omlet z kielbasą i pomidorami

Składniki:

1 cukinia, 2 pomidory, 25g szynki, natka pietruszki, sól, pieprz, musztarda, oliwa z oliwek

Cukinię umyć, pokroić w długie paski, doprawić przyprawami i lekko podsmażyć na patelni na małym ogniu aż zmięknie. Szynkę pokroić także w paski, a pomidory na cząstki. Wszystko przełożyć do miseczki, dodać musztardę i skropić oliwą z oliwek. Całość doprawić solą i pieprzem, posypać natką pietruszki. Podawać na zimno.

Shtafki:

100g kielbasy, 1 szalotka, 4 jajka, kilka pomidorów koktajlowych, masło do smażenia, sól i pieprz, świeże zioła: bazylii, oregano, majeranek

Szalotkę obieramy i drobno kroimy. Kielbasę kroimy na cienkie plasterki. Na patelni rozgrzewamy masło i podsmażamy szalotkę aż się zarumieni, następnie dokładamy kielbasę i smażymy ok. 2 minut z każdej strony. Jajka wbijamy do miski, dodajemy mleko, sól i pieprz i energicznie mieszamy. Dodajemy pokrojone w plasterki pomidorki i podsmażoną kielbasę. Całość mieszamy i wlewamy na patelnię z podsmażoną szalotką. Smażymy do momentu aż jajka się zetną. Na koniec posypujemy omlet świeżymi, drobno posiekаныmi ziołami. Od razu podajemy.

(www.pekpol.pl x2)

Kremowa zupa pomidorowa Chłodnik pomidorowo-fasolowy

Składniki:

1 cebula, gałązki świeżego tymianku, 70g pasty pomidorowej, 750g świeżych pomidorów, 125 ml śmietany 12%, 3 łyżki oliwy z oliwek, ząbek czosnku, 0,5 łyżeczki ostrej papryki w proszku, mieszanka suszonych przypraw do spaghetti

W garnku rozgrzej oliwę, podsmaż na niej cebulę i czosnek. Dodaj tymianek i obrane ze skórki pomidory. Mieszankę suszonych przypraw do spaghetti wymieszaj z 350 ml wody i połącz w garnku z gotującymi się pomidorami. Zupę gotuj, mieszając co jakiś czas, przez co najmniej 10 minut. Na koniec usuń z zupy gałązkę tymianku, dopraw do smaku ostrą papryką, zabieli śmietaną i zmiksuj na gładko mikserem. Podawaj z chrupiącym chlebem np. z oliwkowym tapenade. (www.knorr.pl)

Składniki:

1kg pomidorów, 2 puszki fasoli białej, 2 duże papryki czerwone, 1 mała szalotka, 1 ząbek czosnku, 1 łyżeczka masła, sól, pieprz

Pomidory sparzamy i ściągamy skórki, a obrane pomidory kroimy. Masło przekładamy na dużą patelnię, dodajemy posiekaną cebulę i czosnek. Podsmażamy. Do cebuli i czosnku dodajemy pomidory, pokrojoną paprykę oraz szczyptę soli. Przykrywamy na 5 minut patelnię pokrywką i lekko podduśzamy. Następnie dodajemy odsączoną fasolkę. Całość mieszamy i gotujemy pod przykryciem 10 minut. Uzyskaną mieszankę blendujemy i przyprawiamy do smaku. Zupę podajemy schłodzoną.

Klopsiki na parze z sosem pomidorowym

Składniki:

500g dowolnego mięsa mielonego, 2 jajka, 750g świeżych pomidorów, mieszanka suszonych warzyw i przypraw do klopsików lub innych według naszego smaku

Oddziel białka od żółtek. Z białek ubij pianę. W garnku z szerokim dnem nastaw 1 litr wody. Połowę mieszanki przypraw oraz pianę z jajek dodaj do mięsa mielonego i dokładnie, ale delikatnie wymieszaj. Z powstałej masy uformuj małe okrągłe pulpeciki. Ułóż je na płaskim sicie, całość umieść na wierzchu garnka z gotującą się wodą, który w miarę możliwości przykryj lub zawień folią aluminiową, tak aby klopsiki mogły ugotować się na parze. Na patelnię wrzuc obrane i pokrojone pomidory i dodaj pozostałą część mieszanki przypraw. Całość dokładnie wymieszaj. Gotuj pod przykryciem 2 minuty. Do gotowego sosu przełóż ugotowane na parze pulpeciki.

(www.knorr.pl)

Maryla Rodowicz potrafi ciągle znaleźć w sobie świeżość

„Ja nie umrę” – deklaruje.
I może faktycznie Bóg robi dla niej wyjątek? Bo śpiewa dla nas
już ponad pół wieku i wydaje się być „miezatapialna”.

Gwiazdy
Paweł Gzyl
p.gzyl@gk.pl

Stało się: po pięciu latach sądowej batalii Maryla Rodowicz wzięła rozwód. Wszystko trwało tak długo, ponieważ „królowa polskiej piosenki” chciała uzyskać jak najwyższe alimenty i satysfakcjonujący ją podział majątku. Ostatecznie poniosła klęskę: sąd nie uznał jej roszczeń wobec męża. Trudno: będzie musiała się z tym pogodzić i zakaść rękawy do pracy, by dorobić do skromnej emerytury. A że kocha występy – napewno nie będzie sobie tego krzywdzić.

– Gagle jestem głodna sukcesów i wogóle mi nie przeszkadza, że śpiewam po raz tysięczny „Małgośkę”. Absolutnie. Dla mnie patentem, żeby się nie znudzić, jest znalezienie w sobie takiej świeżości, by śpiewać tę piosenkę z taką samą energią jak 20 czy 30 lat temu. I to działa – tłumaczy w „Gali”.

Jej rodzice pochodzili z Wilna. Ojciec pracował na tamtejszym uniwersytecie, a mama zajmowała się scenografią w teatrze. Kiedy domiasta weszły sowieckie wojska, wszystko się zmieniło. Ojciec został aresztowany i trafił do łagru.

Po wojnie mama i babcia dostały dwie godziny na spakowanie się wraz z setkami innych repatriantów zostały wysłane do Zielonej Góry. Majątek rodziny został skonfiskowany. W tej sytuacji mama musiała się zająć utrzymaniem rodziny.

– Czasami wujek z Chicago przysyłał w kopercie jeden lub pięć dolarów. Było wtedy prawdziwe święto. Bywało że te dolary kradziono. Pocztarobiła rewizji ten dolar nie dochodził. Pamiętam, że kiedyś jeden dolar uratował nam święta Bożego Narodzenia. Za tego dolara można było dostać ogromną sumę złotych. Za te pieniądze mama mogła



Wielka popularność Maryli Rodowicz sprawiała, że jej życie uczuciowe było przedmiotem ogólnokrajowych plotek. Ostatnio wszyscy żyli rozwodem gwiazdy

urządzić święta – opowiada w „Dzienniku Łódzkim”.

Mimo ciężkich czasów, mała Marylka była pogodnym dzieckiem. Mama i babcia śpiewały często w domu, więc i ona gąsła się do artystycznych zajęć. Już jako sześciolatka chodziła na naukę tańca, a rok później dostała się do dziecięcej wersji Mazowsza. Niestety: mamie nie zgodziła się na jej wyjazd. Zamiast tego zapisała córkę do szkoły muzycznej. Ta jednak wraz z wie-

kiem zainteresowała się sportem. Dlatego po maturze dostała się na warszawską Akademię Wychowania Fizycznego, gdzie trenowała z sukcesami bieg przez płotki.

– Wspieranie wiele zależy od zawodnika: ile się przepracuje, czy ma predyspozycje. Jeżeli jest duża grupa, to osobie, której bardziej się chce, wszystko bardziej wychodzi. Ma lepsze wyniki. Poza tym sportowców spotykają porażki, z których trzeba umieć się

podnieść. Dla mnie to była bułka z masłem. Tu przegrywałam, gdzie indziej wygrywałam. Ale zawsze wiedziałam, że trzeba iść do przodu – opowiada w „Dzienniku Zachodnim”.

Kiedy kontuzja uniemożliwiła jej kontynuowanie sportowej kariery, zwróciła się w stronę muzyki. Najpierw śpiewała z młodzieżowymi zespołami bigbitowymi, a potem zaczęła

występować solo. W 1967 roku pojechała na Studencki Festiwal Piosenki do Krakowa.

Jego wygrana otworzyła przed nią drogę na profesjonalną estradę. Gdy poznała Agnieszkę Osiecką i Katarzynę Gaertner, zaprzyjaźniła się z nimi i zaczęła wykonywać ich piosenki. Sympię przebojem za przebojem stała się na początku lat 70. jedną z największych gwiazd Peerelu.

– Nikt za nami nie chodził, można się było wytoczyć z jakiegokolwiek knajpy, na przykład ze SPATiF-u i nikt tego nie fotografował i nie wrzucał na pierwszą stronę tabloidu. SPATiF to w ogóle było urocze miejsce. Lokal był zamykany nad ranem i nie było taksówek, dlatego przed wyjściem stały polewaczki, które odwoziły nas do domu. Kierowca pytał tylko, czy z polewaniem czy bez, bo jak z polewaniem, to trzeba mu było trochę dopłacić – śmieje się w „Dzienniku”.

Władze postanowiły zdyskontować popularność Rodowicz w Polsce i pokazać ją w bratnich krajach. Udało się: przeboje piosenkarki chwyciły również w Związku Radzieckim. W ciągu kilku lat wokalistka stała się tam gwiazdą pierwszej wielkości. Kiedy pojawiała się na ulicy – nie mogła spokojnie przejść, bo od razu zbiegał się tłum fanów proszących o autografy. Nic więc dziwnego, że Maryla została pupilką pezetpeerowskich aparatczyków.

– Nawet Jaruzelski na mnie działał. Kiedyś na poligonie w Drawsku artyści zostali zaproszeni na namanewry. Podniósł rękę i wywołał wojnę, rozpętało się piekło. Latały samoloty, amfibie wjeżdżały pod wodę, stawiano mosty. Patrzyłam z otwartą buzią. Buździł mój podziw tą swoją mocą – deklaruje w „Playboyu”.

Wielka popularność Maryli Rodowicz sprawiała, że jej życie uczuciowe było przedmiotem ogólnokrajowych plotek. Najpierw elektryzował wszystkich jej romans z Danielem Olbrychskim. Aktor był

wówczas żonaty z Moniką Dzienisiewicz, a nie krył się ze swoim związkiem z Marylą. Ostatecznie parę się rozstała, a wtedy piosenkarka zainteresowała się najwybitniejszym playboyem Peerelu – Andrzejem Jaroszewiczem. Syn ówczesnego premiera jeździł czerwonym porsche i obysypywał wokalistkę kwiatami. W końcu rzucił ją na prośbę ojca, któremu nie narękał był romans żonatego syna.

– To zawsze jest miłe, te flirty i romanse w różnych krajach i miastach. Kiedyś w NRD, po koncercie, zawańczyłam w barze z moją chórzystką o pewnego wysokiego, bardzo przystojnego faceta o niebieskich oczach. Niestety, zakochał się we mnie, a ja już następnego dnia nie byłam nim zainteresowana. Zresztą od razu zraził mnie dosiębie, składając ubranie w kostkę. Poza tym nosił kalessony – wspomina gwiazda w „Gazecie Wyborczej”.

Podczas występów w musicalu „Szalona lokomotywa” w krakowskim Teatrze STU Rodowicz poznała jego dyrektora – Krzysztofa Jasińskiego. Para przypadła sobie do gustu i wdała się w romans. Jego owocem okazała się dwójka dzieci. Jasiński nie chciał zostawić Krakowa, więc Maryla praktycznie sama wychowywała syna i córkę w Warszawie. Nic więc dziwnego, że związek zakończył się rozstaniem. Wtedy za namową Agnieszki Osieckiej piosenkarka zainteresowała się biznesmenem Andrzejem Dużyńskim. Ostatecznie wzięła z nim ślub i urodziła mu syna.

– Całe lata 90. głównie spędzałam w domu, zajmowałam się rodziną, domem, dziećmi, mężem. Wtedy jeszcze nie było plenerowych koncertów. Nie było więc wyjazdów. No a koncerty, jeżeli takie były, nie odbywały się codziennie. Byłam w mężu naprawdę zakochana – od momentu, kiedy się poznaliśmy, aż do momentu, kiedy on się wyprowadził. Trzydzieści lat – podsumowuje w „Vivie” Maryla Rodowicz. ©

MARYLA RODOWICZ

Urodziła się w 1945 roku w Zielonej Górze. Wychowała się w Zielonej Górze i we Wrocławiu. Tam ukończyła podstawową szkołę muzyczną w klasie skrzypiec iliceum ogólnokształcące. W młodości czynnie uprawiała lekkoatletykę. Studiowała na AWF w Warszawie. W międzyczasie rozpoczęła karierę muzyczną. W 1967 roku wygrała Studencki Festiwal Piosenki w Krakowie, dzięki czemu rok później zaśpiewała w Opolu. W 1970 roku ukazał się jej debiutancki album „Żyć mój świecie”. Potem występowała na festiwalach w Sopocie, Kołobrzegu i Zielonej Górze. Wyłansowała takie przeboje, jak „Małgośka”, „Ballada wagonowa”, „Niemajak pompa”, „Kolorowe jarmarki”, „Sing Sing” czy „Niech żyje bal”. W latach 90. wielką popularnością cieszył się jej album „Marysia biesiadna”. Koncertowała w wielu krajach świata. Z powodzeniem występowała w serialu „Rodzina zastępcza”. Ma trojkę dzieci: Jana, Katarzynę i Jędrzeja. Jest rozwódką.



FOT. NATALIA POPCZYK

FOT. SYLWIA DĄBROWA

Historia

Bogumiła Rzeczkowska

bogumila.17eakowska@polskapres5.pl

Platny wstęp na plażę, opłata uzdrowiskowa, kioski napromienadzie, kąpiele w łazienkach, willa na wynajem - Ustka już w pierwszych latach po wojnie dbała o turystów. Trochę gorzej było z zarabianiem na sezonie, ale początki zawsze są trudne.

Trzeba zacząć od tego, że w pierwszych powojennych latach do Ustki nie było łatwo trafić. Otóż miasteczko miało sześć różnych nazw, a niektórzy uważają, że nawet więcej. Jednak gdy Stolpmünde należało zastąpić polską nazwą, Ustka pojawiła się od początku. Idobrze, że mimo wszystko ta nazwa przetrwała.

Miejska Rada Narodowa na 13 listopada 1945 roku zdecydowała, że Ustka będzie nazywać się Postomina, ponieważ żaden „cudzoziemiec przybywający do portu z okrętami” nie wymówi „w Ustce”. Skąd radnym przyszło do głowy, że obcokrajowcy będą w ogóle odmieniać tę nazwę?

Reklamę miasteczka zrobiła też ogólnopolska gazeta „Rzeczpospolita”, publikując artykuł „Miasto osześciu nazwach”, ale z takim pięknym opisem Ustki, plaży, kąpieliska i sosnowych lasów, że wczasowiczom od razu chciało się tu przyjeżdżać.

Sezonowy start

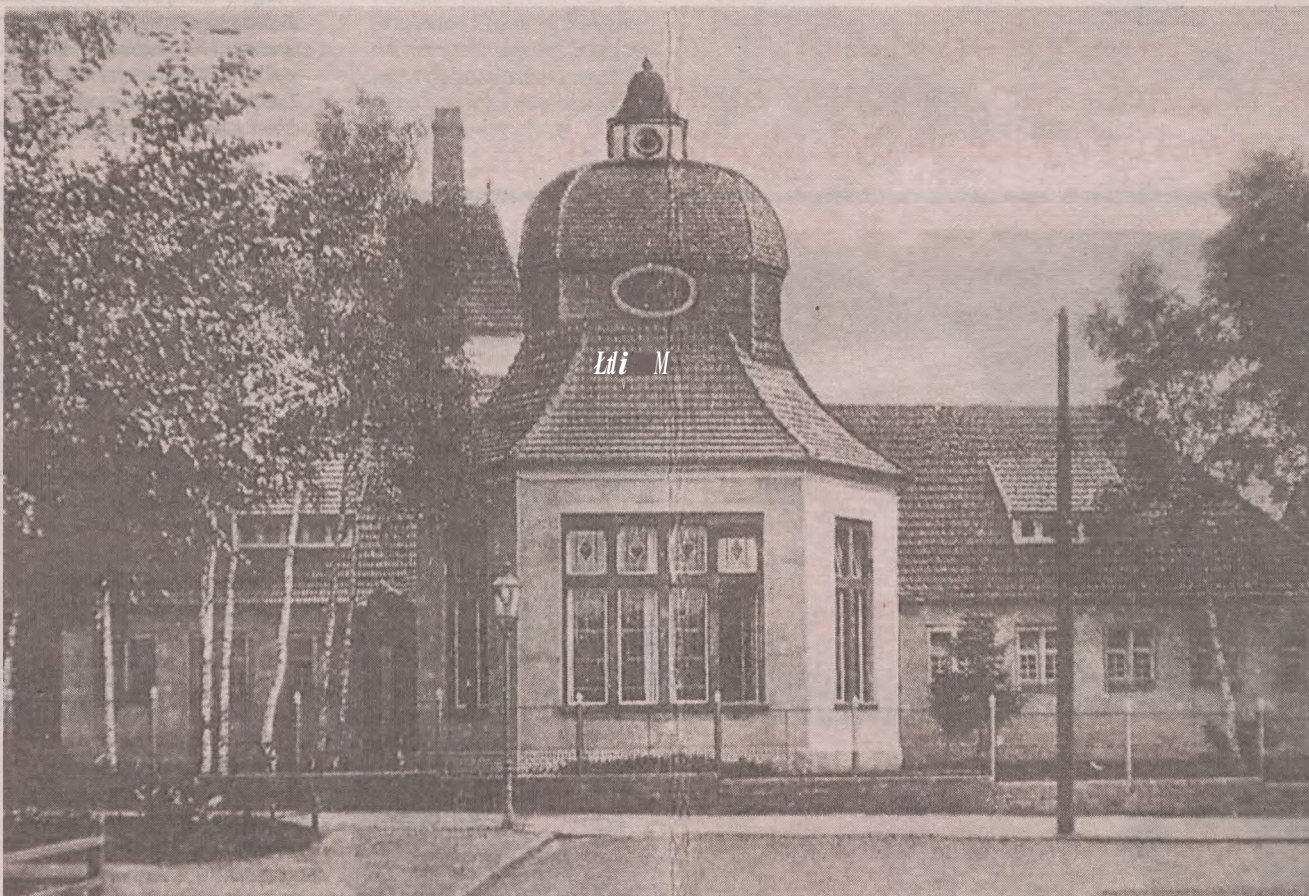
1 stycznia 1939 roku liczba mieszkańców Stolpmünde wynosiła 4789. Według stanu z lipca 1945 roku było mieszkańców Ustki - około 3500 osób. Policzone wszystkich osadników, Niemcy żołnierzy radzieckich. Powstawały instytucje, szkoła, przedszkole, organizował się samorząd, zakłady miejskie - gazownia, elektrownia, zakład oczyszczania miasta. Działała poczta i telekomunikacja. Urządzono miejską stołówkę. Zorganizowano domy dla sierot. Remontowano latarnię morską. Urządziły się restauracje. Do Ustki przyjechał lekarz, dentystka i położna. Można więc było bezpiecznie chorować i zakładać rodzinę.

Jednak nie zapomniano o kulturze. Już w czerwcu 1945 roku kierownikiem kina „Delfin” został Bronisław Brzóska. Działała prywatna wypożyczalnia książek, a w niedzielę 24 marca 1946 roku uroczyste otwarto Dom Kultury i Sztuki w Ustce.

Jak donosił „Dziennik Bałtycki” - stało się to w obecności pełnomocnika rządu na obwód słupski ob. K. Łacwika i naczelnika Urzędu Informacji i Propagandy w Słupsku. DKiS sąsiadował z stołówką Zarządu Miejskiego, a dużą scenę od razu zajęli artyści teatrów amatorskich, czy aktorzy słupscy. Rozrywki więc nie brakowało.

Przybywajcie do wód!

Powojenne wakacje, czyli zapraszamy do kurortu.
Platny wstęp na plażę, kąpiele w łazienkach, willa na wynajem
- Ustka już w pierwszych latach po wojnie dbała o turystów.



FOT. ARCHIWUM

O ile w sezonie 1945 organizowali sobie życie osiedleńcy, to przed sezonem 1946 roku poczyniono już starania, by do miasta zwać turystów i oczywiście na nich zarobić.

Wiosną 1946 roku do portu zawinął zbudowany przed wojną w Szwecji jacht szkoleniowy Gen. Mariusz Zaruski. Liga Morska przekazała go Centralnemu Ośrodkowi Morskiemu, który mieścił się w Ustce, chwilowo wtedy zwanej Postominem. Na żaglowcu ćwiczyli harcerze z całej Polski. Jacht stał się niesamowitą atrakcją turystyczną. Zwłaszcza w sytuacji, gdy w miasteczku portowym kutrów nie było wiele, a lokalny przemysł stoczniowy - w powojennej.

Platny wstęp na plażę i ucieczka kierownica

Oto wakacyjny cennik na lato 1946 r., częściowo uchwalany przez radnych dopiero w trakcie sezonu: wejście na plażę - 5 zł, korzystanie z koszy plażowych - 30 zł. „Dzieci do lat 14 opłatom tym nie podlegają”, a inkasenci otrzymują 10% zebranych opłat. Kolejne atrakcje: korzystanie z kąpielni w Łażni Miejskiej - 35 zł od jednej wanny, jeden nocleg w Miejskim Domu Turystycznym - 30 zł, opodatkowanie na rzecz



FOT. ARCHIWUM

W 1947 r. Kąpielisko „Na Palach” zostało wydierżawione Stefanowi Olszańskiemu za 84 tys. zł

miasta Postomina za przejazdki pomorza kutrami, jachtami i łodziami - 10% od sum wpłaconych. Dla porównania podatek od jednego psa, który nie przebywał na uwięzi, wynosił 500 zł rocznie, a cena za wypieki sprzedawanych chleba kartkowego przez punkt rozdzielczy - 1,70 zł za kilogram.

Tak urządzone miasteczko było gotowe do przyjęcia turystów. Nie zawsze jednak wszystko szło zgodnie z pla-

nem, bo kierownik Domu Turystycznego w czasie sezonu uciekł z pieniędzmi, a kolejną kierowniczkę zatrudniono na takich warunkach, że sezonie, gdy nie miała już zajęć, nie można było jej zwolnić.

Miasto przyznało też różnym instytucjom i zakładom pracy willa na domy wypoczynkowe, ale te stały bez pełnej opieki. Dało więc publiczne ogłoszenie, że jeśli szczęśliwi dzierżawcy nie za-

opiekują się pensjonatami i nie zapłacą czynszu, utracą prawo do korzystania z przyznanych nieruchomości.

Ustalono też opłatę kuracyjną w różnych wysokościach. Jednak jej ściąganie okazało się marne, bo różne instytucje, kolonie, studenci i profesorowie uczelni wypożyczający nad morzem pisali wnioski o zwolnienie z jej uiszczenia. A władze na to się godziły. Wciąż też brakowało

pieniędzy na zbudowanie toalet publicznych.

Ciekawa historia wiąże się też z przyjazdem ministra Eugeniusza Kwiatkowskiego, delegata Rządu dla Spraw Wybrzeża, od końca czerwca 1946 roku „pierwszego honorowego obywatela miasta Postomina”.

Ministra uroczyste powitano na tydzień przez ogólnopolskim Świętem Morza, które wówczas obchodzono pod koniec lipca. Na powitanie kupcy udekorowali witryny, a za najpiękniejsze okna wystawowe zwycięzcy mieli otrzymać nagrody. Niestety, sprawa trafiła do gazet, bo jeszcze na początku jesieni pieniędzy nie wypłacono.

Minister obiecał też 2 miliony złotych subwencji na odbudowę pensjonatów dla letników i rozbudowę kąpielisk. Nie wiadomo czy, kiedy i jaką kwotą zasilono Ustkę, bo łazienki lecznicze, do których doprowadzano rurociągiem wodę morską zamknięto, a ostatecznie funkcjonowała tam Łażnia Miejska.

Cztery kioski i kąpielisko

Lato 1946 było „wybitnie mokre i zimne”, jak czytamy w miejskich aktach, więc dochody nie zadowolili władz. Jednak w 1947 roku przygotowania do sezonu ruszyły już pełną parą! 13 czerwca Zarząd Miejski zorganizował przetarg, po którym Miejskie Kąpielisko „Na Palach” zostało wydierżawione Stefanowi Olszańskiemu za 84 tysiące złotych na sezon letni od 15 czerwca do 30 września.

19 czerwca w czasie posiedzenia Zarządu Miejskiego burmistrz Zbigniew Zawadzki przedstawił podanie Wacławy Januszewskiej o wydanie zezwolenia na sprzedaż napojów chłodzących na plaży. Po długiej dyskusji wyrażono zgodę na sprzedaż na terenie nadmorskim w alejce w miejscu wskazanym przez Zarząd Miejski. Natomiast cztery kioski na terenie nadmorskim wydierżawiono przedsiębiorczym pionierkom: Helenie Wendorff, Janinie Podlewskiej, Bronisławie Gryko i Natalii Konopkovej. Opłata od kiosku wynosiła 4 tysiące złotych za cały sezon.

Już w maju Zarząd Miejski zwrócił się do kolejo uruchomienie porannego pociągu do Słupska. Według wakacyjnego rozkładu jazdy do Ustki miało docierać dziesięć składów, ale ze względu na małą frekwencję nie jeździł ani jeden.

Gościenna Ustka zawsze przyciągała wielu znanych i mniej znanych gości. I tak jest do dzisiaj, a w wielu przypadkach historia się powtarza. ©®

Renta dożywotnia. Czy każdy senior może z niej skorzystać?

Senior – w ramach renty dożywotniej – może wynajmować mieszkanie lub pokój.
Umowa najmu jest trójstronna, zawierana pomiędzy seniorem, najemcą oraz funduszem hipotecznym.
Całość środków z najmu otrzymuje senior.

Seniorzy

Katarzyna Sklepik
katarzyna.sklepik@polskapress.pl

Czy świadczenia wypłacane w ramach renty dożywotniej są waloryzowane? Czy od renty dożywotniej płaci się podatki? He pieniądze otrzymać, podpisując umowę o dożywocie? Odczego zależy wysokość świadczeń? Jakie podmioty działają obecnie na polskim rynku? Czy lepiej podpisać umowę z funduszem hipotecznym, czy z osobą prywatną? Jak zweryfikować taki podmiot lub osobę? Sprawdzamy!

Z raportu Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, opublikowanego w 2019 roku wynika, że pod koniec 2018 roku liczba ludności Polski wynosiła ponad 38 milionów, a ponad 9,5 miliona stanowiły osoby w wieku 60 lat i więcej. Według prognozy do 2050 roku liczba osób w tym wieku dojdzie do 13,7 miliona i będzie stanowiła ponad 40 procent ogółu ludności (dziś to niecałe 25 procent). Z tego samego raportu wynika, że gospodarstw domowych wyłącznie z osobami w wieku 60 lat i więcej utrzymują się przede wszystkim emerytury lub renty, które stanowią 77,9 procent dochodów.

Utrzymywanie się z samej emerytury, która nie należy do najwyższych, jest modelem finansowym, który funkcjonuje w Polsce od czasu odzyskania niepodległości, jednak stopniowo staje się coraz mniej wydajny. Warto przyjąć do wiadomości, że przyszłość będzie wyglądać zupełnie inaczej. Starzenie się społeczeństwa będzie powodowało, że świadczenia pieniężne otrzymywane z ZUS-u będą coraz niższe. Zprzeróżnych prognoz wynika, że w 2050 roku seniorzy będą otrzymywali 30 procent swojej ostatniej pensji, co oznacza, że będą zmuszeni szukać innych źródeł finansowania życia na emeryturze. Wśród tych źródeł znajdują się nie tylko pieniądze z PPK, PPE, ale też IKZE, PCE, lokaty i inwestycje dobrowolnych. Przede wszystkim źródłem finansowania staną się środki pieniężne, które będzie można uwolnić dzięki posiadanej nieru-



Renta dożywotnia jest skierowana do seniorów, którzy posiadają dom lub mieszkanie

chomości. W mojej opinii renta dożywotnia i hipoteka odwrócona to przyszłość, a Polska – wzorem innych krajów, w których już dziś podpisuje się ponad 45 tysięcy umów rocznie – dojdzie kiedyś do momentu, w którym rozwiązanie takiego się powszechne – twierdzi Robert Majkowski, prezes Funduszu Hipotecznego DOM.

1. Jak wygląda rynek w Polsce. Jakie podmioty na nim działają? Ile umów już podpisano?

Dane dotyczące podpisywanych umów gromadzi GUS w oparciu o informacje przekazywane przez Związek Przedsiębiorstw Finansowych (ZPF), w którym zrzeszonych jest największe stowarzyszenie hipoteczne w Polsce. W ciągu ostatnich dziesięciu lat fundusze zrzeszone w ZPF podpisały mniej niż tysiąc umów. Sam Fundusz Hipoteczny DOM przez blisko 12 lat swojej działalności wypłacił seniorom ponad 13 mln świadczeń. Ważną częścią rynku są umowy o dożywocie podpisywane przez osoby prywatne (np. senior z sąsiadem, opiekunem, znajomym, kimś z rodziny). Te umowy „prywatne” stanowią 99 procent wszystkich umów o dożywocie zawiera-

nych na polskim rynku. Z danych Ministerstwa Sprawiedliwości wynika, że w ciągu ostatnich 10 lat w Polsce podpisano ponad 80 tysięcy takich umów. Niestety, osoby prywatne często nie mają dostatecznej wiedzy i zaplecza kapitałowego do tego, by rzetelnie i bezpiecznie wywiązywać się z zawartych umów, dlatego od lat ZPF, fundusze hipoteczne, organizacje i urzędy, w tym Rzecznik Praw Obywatelskich i UOKiK nawiązują o uregulowaniu rynku.

2. Kto i na jakich zasadach może liczyć na rentę dożywotnią? Jaka jest wysokość świadczeń?

To rozwiązanie dla osób, które ukończyły 65 lat i są właścicielami nieruchomości. W miarę rozwoju rynku hipoteki odwróconej w Polsce (i zmieniających się potrzeb seniorów) fundusze hipoteczne kierują też oferty do osób w wieku 55+. Średnia renta dożywotnia w Polsce to około 1000 złotych miesięcznie. Wysokość renty zależy od wieku i płeć seniora, a także od wartości jego nieruchomości. Zdarzają się świadczenia w wysokości nawet 3000 czy 5000 złotych miesięcznie. W niektórych przypadkach można też

otrzymać dodatkowe świadczenie jednorazowe po podpisaniu umowy.

3. Czy trzeba mieć zdolność kredytową, żeby skorzystać z renty dożywotniej?

Nie. Fundusze hipoteczne nie badają zdolności kredytowej klientów. Renta dożywotnia jest skierowana do seniorów, którzy posiadają dom lub mieszkanie. W zamian za przekazanie spółdzielczego własnościowego prawdo lokalu lub prawa własności do nieruchomości, senior otrzymuje comiesięczne i dożywotnie świadczenie pieniężne, przy czym senior zachowuje dożywotnie prawo do korzystania z mieszkania w dotychczasowym lokum. Jego wysokość jest uzależniona głównie od wartości mieszkania, płci i wieku seniora.

4. Czy do renty dożywotniej kwalifikują się jedynie mieszkania hipoteczne?

Renta dożywotnia jest dostępna dla właścicieli domów, mieszkań hipotecznych oraz spółdzielczych własnościowych.

5. Czy wypłacane świadczenia podlegają waloryzacji i o jakie przepisy oparte są umowy

przygotowywane przez profesjonalne fundusze?

Renta dożywotnia, w obecnej sytuacji, opiera się na instytucji Dożywocia (Kodeks cywilny, art. 908-916) lub umowie Renty (Kodeks cywilny, art. 903-907) określającej świadczenie jako nieograniczone w czasie – wypłacane dożywotnio. Senior otrzymuje świadczenia do końca życia, umowa może trwać nawet kilkadziesiąt lat, a fundusz pokrywa koszty podwyżek czynszu i podatku od nieruchomości, jak też opłaty za wieczyste użytkowanie gruntów (lub opłaty przekształceniowe, gdy prawo użytkowania wieczystego przekształciło się w prawo własności gruntu).

6. Czy od renty dożywotniej płaci się podatek?

Zgodnie z Uchwałą Naczelnego Sądu Administracyjnego z 17 listopada 2014 r., zbycie nieruchomości w drodze umowy o dożywocie nie podlega opodatkowaniu podatkiem dochodowym od osób fizycznych. Nie jest bowiem możliwe określenie przychodu na zasadach zawartych w art. 19 ust. 1 i 3 ustawy o podatku dochodowym od osób fizycznych. Jak stanowi art. 19 ust. 1 wspomianej

ustawy, przychodem z odpłatnego zbycia nieruchomości (a takim jest umowa o dożywocie) jest wartość wyrażona w cenie określonej w umowie. Art. 19 ust. 3 ustawy o podatku dochodowym od osób fizycznych możemy zastosować dopiero wówczas, gdy wartość nieruchomości wyrażona w cenie określonej w umowie odpowiada wartości rynkowej. Co istotne, umowa o dożywocie nie zawiera w ogóle takiego elementu jak cena. Stanowisko to potwierdzają rozliczne interpretacje podatkowe.

7. Co to jest służebność osobista mieszkania i czy można ją przenieść na inną osobę?

Dotyczy ona potrzeb mieszkaniowych osoby uprawnionej i nie obejmuje dodatkowych świadczeń, które można ustanowić w umowie dożywocia (takich jak np. pomoc w chorobie, dostarczenie ubrania czy żywienia). Dzięki służebności osobistej mieszkania senior jest uprawniony do dożywotniego korzystania z lokalu czy też pomieszczeń. Senior może też przyjąć na mieszkanie dzieci (małoletnie), małżonka i inne osoby, ale w ostatnim przypadku – tylko pod warunkiem, że są przez niego utrzymywane lub niezbędne do prowadzenia gospodarstwa domowego. Co ważne, służebność osobista mieszkania jest ustanawiana też przez notariusza, a odpowiednie zapisy mogą znaleźć się w księdze wieczystej nieruchomości. Warto określić, że służebność osobista nie jest prawem zbywalnym. Nie można jej zbyć (sprzedać) ani przenieść na inną osobę. Niemożliwe jest również przeniesienie uprawnień do jej wykonywania. Co ważne – służebność osobista nie wchodzi do spadku po seniorze, ponieważ wygasa z dniem jego śmierci.

8. Czy po podpisaniu umowy renty dożywotniej istnieje możliwość wynajmowania pokoju lub mieszkania?

Tak, senior może wynajmować mieszkanie lub pokój. Umowa najmu jest trójstronna, zawierana pomiędzy seniorem, najemcą i funduszem hipotecznym. Całość środków z najmu otrzymuje senior.

Zwierzęta

Grażyna Antoniewicz

grazyna.antoniewia@polskapre5s.pl

Letnie, ciepłe noce to czas zalotów chrząszczy z rodziny świetlikowatych. Na łąkach, skrajach lasów, w parkach i ogrodach pojawiają się zielonkawe iskrinki, które to zapalają się, to gasną, unoszą w górę lub spadają w dół. To małe samce szukają czekających na ziemi bezskrzydłych i prawie dwa razy od nich większych samic, które także świecą. Dzień świetliki spędzają w ukryciu. W polskiej tradycji kojarzone są głównie z nocą świętojańską. Nasi słowiańscy przodkowie sądzili, iż są to dusze błądzące poświecie. Istniało też trochę naiwne wierzenie, że ich blask służył biednym studentom za jedyne źródło światła do nauki. Nazwy „świętojański robak” użył w XVIII wieku polski przyrodnik i ksiądz Jan Krzysztof Kluk, opisując te intrygujące owady.

Światło na zawołanie

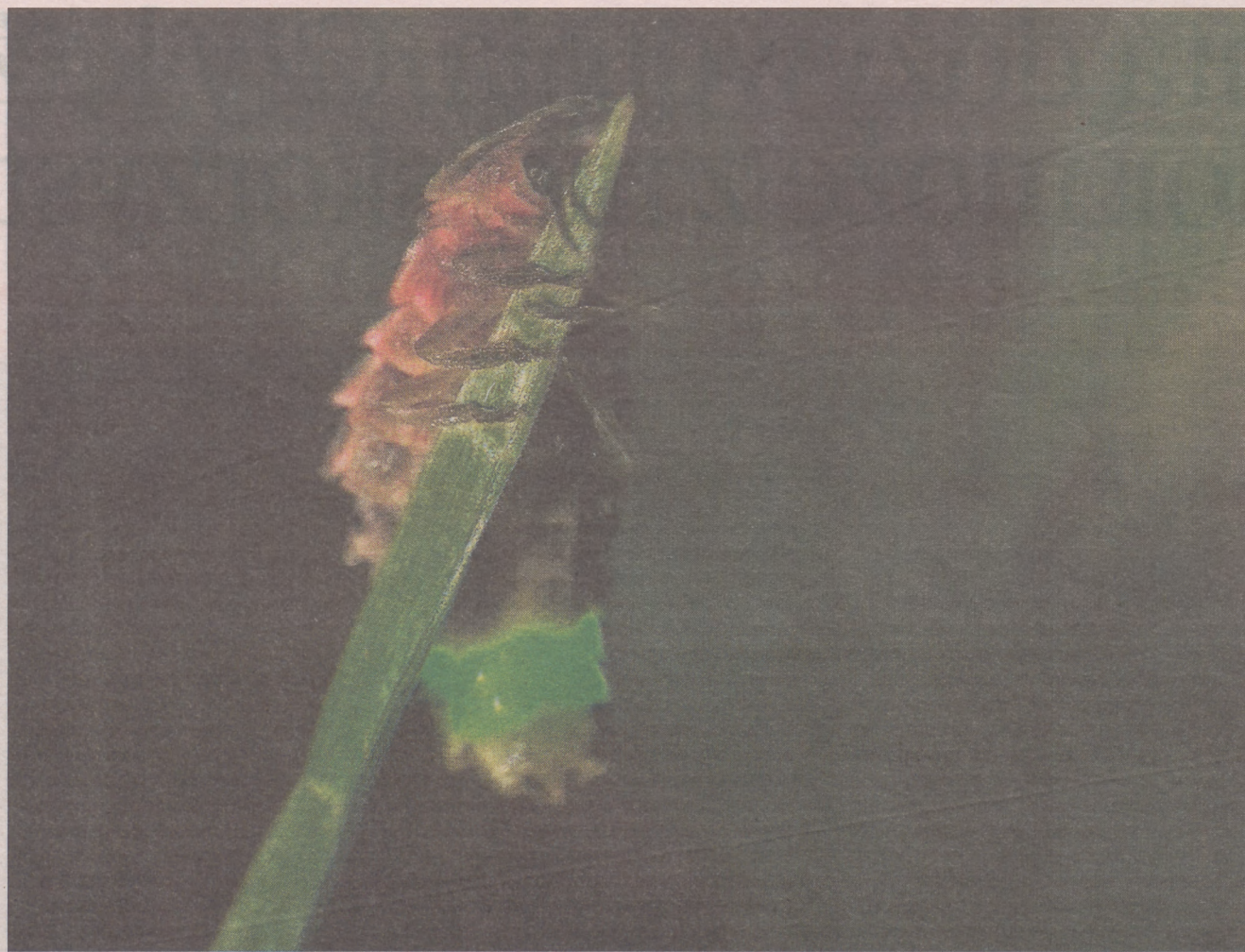
- Świetlikowate emitują swoje żółtawo-zielone światło na drodze chemiluminescencji - opowiada Sebastian Nowakowski z Parku Krajobrazowego „Mierzeja Wiślana”. - Na spodzie ostatnich trzech segmentów brzusznych znajduje się u nich narząd świecący, zbudowany z specjalnych komórek - fotocytów.

Wiele świetlikowatych potrafi kontrolować dopływ tlenu do fotocytów i tym samym kontrolować ilość wydzielanego światła. Niektóre potrafią dzięki temu włączać i wyłączać światło - czynią tak larwy samic, które gasną w momencie zagrożenia.

Iskrzyk i śmieciuch

- Spośród około 2 tysięcy gatunków świetlikowatych w Polsce żyją tylko trzy gatunki euroazjatyckie - mówi dalej Nowakowski. - Najczęściej mówi się o świetlikach świętojańskich. Ich gody odbywają się w Polsce na przełomie czerwca i lipca. Jednak świecą tylko samice. Jest jeszcze iskrzyk, u tego gatunku świecą obie płcie. Iskrzyki widzimy zwykle w drugiej lub trzeciej dekadzie czerwca i to one są najpospolitszym w regionie gdańskim „świećkiem”. Trzeci gatunek to świećki. Jest najrzadszy i prowadzi skryty tryb życia.

Świećkiuch są całkowicie nietolne - samce mają zredukowane skrzydła, samice są ich pozbawione. Obie płcie świecą, ale bardzo słabym światłem, a ich gody trwają od maja do sierpnia. Larwy, zwłaszcza żeńskie, także mogą świecić, ale wysyłany przez nie sygnał jest słaby.



Robaczek rozświećta noc

W masie świetlików wiele ma swój kod migania - świetlikowy alfabet Morse'a.
Ale niektóre się „podszywają”, by poderwać samca innego gatunku

Składa jaja i umiera

Świećkiuch rytuał godowy najbardziej widowiskowy jest u iskrzyków. Samce unoszą się na wysokość pół metra nad ziemią, a bezskrzydłe samice kładą się na plecach między trawami i mchami ukazując świecące odwłoki. Kiedy samica dostrzeże z odległości 3-4 m samca i uzna sygnał wysyłany przez niego za charakterystyczny dla własnego gatunku, zaczyna wydawać świetlne błyski, poruszając odwłokiem (stad wrażenie migotania). W odpowiedzi nareakcję samicy, iskrzykowi amanci zaczynają krążyć wokół niej.

U świetlika z kolei samce nie świecą, ale dostrzegają samice z odległości niemal 50 metrów. Jeżeli sygnały świetlne w przypadku obojga poskutkują, dochodzi do kopulacji, po czym samica definitywnie przestaje świecić i w ciągu trzech dni składa od 50 do 100 jaj pod ściółką, wśród mchu lub w glebie,

a wkrótce potem umiera, już jako „wdowa”.

Tylko dwie godziny światła

Wbrew obiegu opinii świetliki świętojańskie nie potrafią włączać i wyłączać światła. Samica może świecić bez przerwy około dwóch godzin, a następnie wycofuje się do swojej kryjówki. Itak przez co najmniej 10 kolejnych nocy. Inaczej jest u iskrzyków, o czym można przekonać się np. chwytając delikatnie samce, które po chwili gasną, po czym znów odpalają światła. Co ciekawe, samce potrafią ocenić intensywność światła samicy i traktują ją ja-

ko wskaźnik jej płodności. Preferują te, które świecą silniej, gdyż są większe i złożą więcej jaj.

Drapieżne larwy

- Jajo jest kuliste, białe, o średnicy jednego milimetra - mówi dalej biolog. - Początkowo jest niezwykle wrażliwe na mechaniczne uszkodzenia, jednak już po jednym dniu zyskuje skorupkę i twardnieje. Rozwijająca się w nim larwa świetlika wykluwa się, zależnie od temperatury i wilgotności, po mniej więcej 35 dniach. Tuż po wyłudciu ma ona około 5 milimetrów długości i pokryta jest miękką szarą skórą, która w przeciągu kilku godzin stwardnieje i stanie się prawie czarna. Zraz potem larwa świetlika lub iskrzyka wyrusza na pierwsze łowy - poszukiwanie ślimaków, a larwa świećkiuch zapo-łuje też chętnie na dżdżownicę.

Larwy świetlików polują nocą. Żeby wytropić ślimaka,

przeszukują środowiska wilgotne i chłodne. Nie wiadomo, czy natrafiają na ślimaki przypadkowo, czy odnajdują je po odchodach. Kiedy już wytropią swój przyszły posiłek, sprytnie i ostrożnie zabierają się do dzieła. Ich ofiarą jest bowiem ze 200 razy cięższa od nich.

- Larwa podchodzi do ofiary ukradkiem, po czym ostrożnie bada jej skórę. Musi bardzo uważać, żeby nie przykleić się do substancji śluzowatych, które, jak wiadomo, grubą warstwą pokrywają skórę ślimaka - dodaje Sebastian Nowakowski. - Ilość jadowitych ukąszeń zależy od wielkości „posiłku”. Jedno ukąszenie wywołujej larwy powinno wystarczyć do sparaliżowania ślimaka grubości jednego centymetra, ale większe ofiary trzeba ugryźć kilka razy. Za każdym ułknięciem do ciała ofiary wstrzykiwany jest brązowy jad, który nie zabija natychmiast, a jedynie paraliżuje i to

nie od razu. Trzeba teraz poczekać, aby zjeść sparaliżowanego ślimaka. Taka uczta trwa czasami i kilkanaście godzin, a najbardziej przerażające jest to, że przez długi czas ofiara jeszcze żyje.

Larwy w ciągu około trzech lat życia linieją pięciokrotnie. Zrzucanie starej skóry nie jest czynnością łatwą. Przystępując do wylinki, larwa świetlika kładzie się na plecach, po czym, wijąc się i wyginając na wszystkie strony, wysuwa ze zbyt ciasnej skóry najpierw głowę, a potem kolejne części ciała. Trwa to kilka godzin, a niekiedy nawet cały dzień. Pozbycie się starej skóry jest tak skomplikowane, że wiele larw podczas tego zabiegu ginie.

Larwy zimują ukryte pod kłodami, liśćmi czy kamieniami, zapadają w stan podfelfelBny doiffietTmćji. Dó\5Łfótećzbęg0 przepoczwarzania dochodzi wiosną w glebie.

Dlaczego giną?

- Świetlikowate są na Ziemi od około 100 milionów lat. Niestety, w całej Europie stają się z roku na rok coraz rzadsze - podsumowuje Sebastian Nowakowski. - Dlaczego? Przede wszystkim z powodu utraty siedlisk. Tam, gdzie postępuje urbanizacja i odbywają się inwestycje bez odpowiedniego nadzoru przyrodniczego, dochodzi często do nieodwracalnej likwidacji całych populacji lokalnych wielu gatunków roślin i zwierząt. Do tego dochodzą zmiany klimatyczne - tam, gdzie brakuje wilgoci, brakuje też pokarmu, czyli ślimaków. Dlatego dodajmy nadmierne stosowanie środków ochrony roślin oraz wykaszanie poboczy dróg „z powodów bezpieczeństwa”. Warto też wspomnieć, że świetliki są bardzo wrażliwe na sztuczne światło, które sprawia, że znacznie trudniej jest odnajdywać się partnerom, a zbyt jasne światło po prostu oślepią te owady.

Błyskawicowa femme fatale

Wśród całej masy świetlików wiele ma własny kod migania, taki świetlikowy alfabet Morse'a. Ale też drapieżne samice niektórych amerykańskich gatunków potrafią migać jak inne gatunki, aby przyciągnąć samca obcego gatunku. To świetliki z rodzaju Photuris, nazywane „błyskawicowymi femme fatale”. W tym przypadku podstępne samice naśladują wzory świetlne innych gatunków, przyciągając samce tylko po to, by je upolować i zjeść.

Nasze świetliki tego nie robią - choćby dlatego, że wcale nie jedzą. Dorosłe osobniki żyjących w Polsce gatunków nie pobierają pokarmu, dlatego ich życie trwa tak krótko.

KSIAZKI

Martwiec

KATARZYNA PUZYŃSKA

Tom 13. cyklu „Li-powo”, wydawnictwo Prószyński i s-ka. Opis od wydawcy: „Niewielki lokalny autobus wyrusza swoją standardową trasą, a lenie dociera do celu. Po kierowcy ipasażerach nie pozostaje żaden ślad. Po jakimś czasie jedna z podróżnych wraca. Nic nie pamięta. Kiedy w końcu zaczyna przypominać sobie fragmenty zdarzeń, zostaje zamordowana. Tymczasem wniemal opustoszałej wsi pośród lasów trwa poruszenie. Zrozpaczona matka twierdzi, że jej córkę pochowano żywcem. Dokładnie rok wcześniej zamordowano jej syna i odcięto mu głowę. Teraz policja znajduje czaszkę.

Uff, Puzyńska nie dość, że ma talent do wymyślania niewiarygodnych fabuł, to jeszcze świetnie je uwiarygadnia. Kryminał, powieść obyczajowa i psychologiczna. Lubię Lipowoi Puzyńską. Gorąco polecam. (MARA)

Klatka dla niewinnych

KATARZYNA BONDA

Wydawnictwo Muza i 5. tom cyklu „Hubert Meyer”. Wydawca opisuje: „Czterdzieści trzy ciosy nożem. Tak pożegnała się z życiem Róża Englot. Sprawca pozostawił coś jeszcze - klucz. Gdy mąż kobiety, skazany za to brutalne zabójstwo, kończy odsiadywać wyrok, w warszawskiej kamienicy rozgrywa się kolejna tragedia. Z balkonu nasiódmym piętrze wypada teściowa Englot. Hubert Meyerna prośbę prokurator Weroniki Rudy przyjeżdża do Warszawy, by jej pomóc w tej trudnej sprawie. Rudy uważa, że to zabójstwo na tle finansowym. Wiele jednak wskazuje na to, że rzecz jest bardziej skomplikowana.

Ogromna liczba bohaterów, wątków, motywów i tropów, ale wszystko pięknie się skleja i wciąga czytelnika, który bardzo chce sam rozwiązać zagadki. Bonda jednak łatwo się nie poddaje, umie wodzić nas za nos. (MARA)

Dziewczyny są tu takie miłe

L.E. FLYNN

Kryminał wydany przez Prószyński i s-ka. Zapisu wydawcy: „Ambrosia Wellington dostaje zaproszenia na zjazd absolwentów swojej uczelni, a wraz z nim anonim o treści: Musimy porozmawiać o tym, co naprawdę się stało tamtego wieczoru. Odczasu otrzymania anonimemu nie może przestać myśleć o tym, co przed laty zrobiła i kto jej w tym towarzyszył: nieobliczalna Sloane Sully Sullivan, jej ówczesna najlepsza przyjaciółka. Na zjeździe absolwentów Amb i Sully dostają kolejne, coraz bardziej niepokojące anonimy, z których wynika, że uwiązał się na nie ktoś, kto chce zemsty za to, co zrobiły.

Nie polubicie bohaterów, za studenckich czasów kobiet egoistycznych, próżnych i szukających wrażeń kosztem innych. Przeszłość je dopada, a czytelnik ma niezłą powieść o złej przyjaźni i zemście. (MARA)

Pasożyty w twoim mózgu

KATHLEEN MCAULIFFE

Książkę popularnonaukową wydało wydawnictwo Czarna Owca, a rozwiniecie tytułu brzmi: „Jak małe stworzenia manipulują naszym zachowaniem”. Z opisu wydawcy: „Pasożyty mogą przeżyć wyłącznie w ciałach innych stworzeń i z punktu widzenia ewolucji mają wiele powodów, aby manipulować zachowaniem swoich żywicieli. Z nadzwyczajną precyzją nakłaniają szczury, aby zbliżyły się do kotów, pajaki, aby zmieniły wzory swoich sieci, a także ryby, aby wystawiały się na ucztę ptakom. My, ludzie, również nie opieramy się głębokiemu wpływowi pasożytów. Organizmy, którymi zarazamy się od własnych zwierząt domowych, po części odpowiadają za brawurowe i impulsywne zachowania - do samobójstw włącznie.

Fascynująca książka, w zasadzie kryminał i horror. Napisana dla laików. Polecam. (MARA)

Pamiętnik inteligenta

JERZY RAKOWIECKI

Podtytuł książki autobiograficznej wydanej przez Edipresse brzmi: „Historie wesole, a ogromnie przez to smutne. Opisy wydawcy: „Okupacja hitlerowska, stalinizm i stan wojenny. A nade wszystko parada największych sław teatralnych - Kazimierza Dejmki i Leona Schillera, Elżbiety Barszczewskiej i Romana Wilhelmiego, Tadeusza Łomnickiego i Niny Andrycz - widzianych z bliska, opisanych bez pardonu, z ich tajemnicami, słabościami i kulami ich sławy. W sumie: Polska wielka i śmieszna, Polacy wspaniali i mali. A refleksje zaskakująco współczesne”.

Jerzy Rakowiecki był aktorem i reżyserem. Całe życie spotykał na swojej drodze wielkich ludzi. Przez ich historie poznajemy świat już miniony. Autor opisał go z dużym talentem i - momentami - poczuciem humoru. (MARA)

Mirror. Mirror

CARA DELEIVINGNE. RWAN COLEMAN

Powieść dla młodzieży wydana przez wydawnictwo Jaguar. Opis od wydawcy: „Red, Leo, Rose i Naomi to czwórka młodych przyjaciół. Są dmięcami. Nie wiedzą, kim są i kim chcą być. Zbliża ich muzyka. Wspólnie zakładają kapelę Mirror, Mirror. Ale nienaciesz się długo wspólną pasją... Naomi zostaje wyciągnięta nieprzytomna z rzeki. Pozostając w śpiączce, walczy o życie. Policja twierdzi, że była to nieudana próba samobójcza. Ale jej przyjaciele wcale nie są tego pewni. Każde inaczej reaguje na dramatyczne wydarzenia - Rose zaczyna imprezować jak szalona, Leo wpada w depresję, a Red postanawia samodzielnie odkryć prawdę. Zaletą tej książki są postaci i relacje między nimi, wada - infantylny język (ale może to zaleta dla młodego czytelnika). Uwaga - są wulgaryzmy. (MARA)

Olimpijki walcą jak prawdziwi mężczyźni

Prawdziwy mężczyzna i prawdziwa kobieta. Olimpiada w Tokio pokazuje, jak stereotypy, które wiążą się z tymi określeniami, nie pasują do życia.

Babskie gadanie
Anna Czemy-Marecka

Oglądałam mecz naszych siatkarek z Francuzkami podczas Igrzysk Olimpijskich w Tokio. Kiedy już zorientowałam się, o co chodzi w tej grze (ogłądałam takie wydarzenia rzadko i średnio się znam), zaczęłam uważnie słuchać sprawozdawców. W pewnym momencie jeden z nich powiedział, że polscy reprezentanci walcą na boisku „jak prawdziwi mężczyźni”. I wtedy mój językowy radar dał mi sygnał, że jest tu jakiś problem.

To sformułowanie łączy bowiem w sobie płeć męską z takimi cechami, jak waleczność, siła, determinacja, ambicja. Prawdziwy mężczyzna nie zna strachu, pokonuje przeciwności losu i nie poddaje się. A co, kiedy omedale walcą i je zdobywają na przykład wioślarki czy miotaczki? Przecież niepowiemy, że „walcą jak prawdziwe kobiety”. Bo tookreślenie wywołu-



je w mózgu zupełnie przeciwne skojarzenia: łagodności, urody, czułości, miękkości, opiekuńczości. Jakoś do sportu to nie pasuje. A przecież nasze panie olimpijki to prawdziwe kobiety, z krwi i kości, tylko język jeszcze tak w dawnych czasach. W takich, w których „cnoty niewieście” oznaczały uległość, posłuszeństwo, służbę mężczyźnie. Przywołuję to określenie, bo robi medialną karierę wbrew jego autorowi, który broni się, że nie chodziło mu o wypychanie napowrót kobiet do patriarchalnej kuchni i sy-pialni, tylko o cnotę jako poję-

cie z filozofii. Nie pierwszy to przykład, kiedy jakieś sformułowanie żyje własnym życiem wbrew intencjom autora.

Język po prostu potrzebuje czasu. Pewnie kiedyś określenie „prawdziwa kobieta” obejmie znaczeniowo np. odwagę i waleczność, a „prawdziwy mężczyzna” - choćby czułość i opiekuńczość. Zresztą w tym drugim przypadku tak się już dzieje, zwłaszcza wtedy, kiedy prawdziwy mężczyzna staje się ojcem. Język dotyczący kobiet w ogóle sprawia więcej problemów, nie nadążając za ich emancypacją, żeby wspomnieć tylko kłopoty z nazwami funkcji i stanowisk. Ministerka, premierka itp. średnio się przyjmują, nawet wiele pań woH, żeby określać je męskimi nazwami zawodów. I często trudności im dziwić, bo tradycyjne „męskie” słowa brzmią jakby poważniej.

Toldjska olimpiada pokazała jeszcze jeden „płciowy” problem. Chodzimi o występ nowozelandzkiej sztangistki, transkobiety, która urodziła się jako mężczyzna i przed

2013 r. (kiedy przeszła operację korekty płci) współzawodniczyła w kategorii mężczyzn. Tym razem walczyła z kobietami i... przegrała. Jej zakwalifikowanie do kategorii pań o protestowały inne zawodniczki. I ja się im nie dziwię. Nie wydaje mi się bowiem, że by było to sprawiedliwe i zgodne z zasadami fair play. Owszem, o takiej a nie innej kwalifikacji osoby transseksualnej decyduje poziom testosteronu, ale przecież liczy się także budowa ciała i siła mięśni. Operacja zmiany płci nie wszystko zmienia. Nowozelandzka, z całym dla niej szcunkiem, nie powinna moim zdaniem rywalizować z biologicznymi kobietami. Czy słyszeli państwo o mężczyźnie, który urodził się kobietą, i staje w sportowe szranki z mężczyznami? Ja nie. Kolega, który bardziej zna się na sporcie, też nie zna takiego przypadku. Bo taki transmężczyzna nie dałby rady. Transkobieta jest mocniejsza od pań, a transmężczyzna słabszy od panów. Może w sporcie powinni mieć swoje kategorie?

Akceptuję, coczuje

PRACA ZBIOROWA



Książeczki z serii „Akceptuję, co czuję” wydaje wydawnictwo Harperkids. Znajdziemy w niej in. tytuły: „Kłóćmy się, go-dzimy się” oraz „Przyjaźń. Jak się zaprzyjaźnić i przyjaźnić”.

Dzięki pierwszej z nich dzieci poznają różnicę między konfliktem, bójką, przemocą i złością. Nauczają się też, jak poprowadzić konflikt, aby obie strony mogły wyjść zwycięsko z sytuacji. W książce znajduje się również poradnik dla rodziców, który pomoże wspierać dzieci w trudnych sytuacjach. W drugiej książeczce dzieci znajdą ćwiczenia, zadania i zabawy, które pomogą im w tworzeniu dobrej, wspierającej relacji z przyjaciółmi, a rodzicem poradnik, jak wspierać dzieci w takich relacjach.

Książeczki opracowali eksperci, są interaktywne i ładnie wydane. Uczą przez zabawę. (MARA)

Hania Humorek

MEGAN MCDONALD



Wydawnictwo Harperkids proponuje też kolejną serię dla małych czytelników, której bohaterką jest Hania Humorek. W jednej z książeczek przepowiada przyszłość. Dzięki czarodziej-skiemu pierścieniowi. Jej przepowiednie są tak zadziwiające, że wszyscy zaczynają wierzyć, że Hania jest prawdziwą wróżką. W drugiej książeczce Hania wpada w poniedziałkowy zły humor, ale mija on, kiedy okazuje się, że jej klasa ma się zająć projektem na temat ludzkiego ciała. Dzieci będą poznawać budowę szkieletu, czaszki i od-wiedzą szpital, gdzie zobaczą prawdziwych lekarzy.

Z zabawną dziewczynką dzieci poznają otaczający je świat, uczą się, czym jest przyjaźń, współpraca, rodzina, poznają ciało człowieka. Hania wszystkim poprawia humor. (MARA)

FOT. SYLVIA DABROWA

Krzyżówka panoramiczna

POWIAŁ. Cadyk, Malarela, Pomona, Salati, T. III.

ViosoNwarAzydisarvovadViws^iNVzViMZoa