

WEEKEND z rodziną

● **Psychologia.** Czy można i warto uczyć się optymizmu? **str. 9** ● **Halina Kunicka.** W życiu postawiła na miłość i wiele dla niej poświęciła **str. 10** ● **Grillowanie.** Sezon pora zacząć. Oto nasze najlepsze propozycje potraw **str. 11-13** ● **Świat zwierząt.** Nietoperze - nasi sąsiedzi **str. 15**



GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Sobota-niedziela
30.04-1.05.2022

Nr 100 (4648)
Nakład: 9.320 egz.

www.gp24.pl
Cena 3,60 zł (w tym 8% VAT)

Ustka Nowa
przychodnia. Szpital
zapowiada otwarcie
na początku maja
str. 4

Miastko
Aleksander Szopa
trzecim kandydatem
na burmistrza
str. 4

Majówkowy długi
weekend. Gdzie się
wybrać w Słupsku?
str. 18

Nr ISSN 0137-9526 Nr indeksu 348-570



PREMIER: DOSTAWY „BŁĘKITNEGO PALIWA” SĄ ZABEZPIECZONE

Do Łeby popłynie gaz

Alek Radomski
Łeba

Premier Mateusz Morawiecki wydał decyzję gwarantującą zabezpieczenie dostaw gazu do miejscowości, które korzystały z usług firm objętych sankcjami. Gaz w Łebie dostarczyć ma PGNiG.

Premier Morawiecki wydał polecenia spółkom Skarbu Państwa w sprawie pilnych dostaw gazu do sieci, których właścicielem jest firma Novatek. Chodzi o rosyjskie przedsiębiorstwo, które zostało objęte sankcjami, a które dostarczało do ostatniej środy „błękitne paliwo” m.in. do nadmorskiej Łeby.

Decyzje zapadły na podstawie ustawy o zarządzaniu kryzysowym. W efekcie około 40-kilometrowa sieć

gazowa w tym mieście ma zostać wydana PGNiG Obrót Detaliczny, która ma teraz przesłać gaz do odbiorców końcowych.

- Spółki Skarbu Państwa niezwłocznie podjęły działania w celu szybkiej realizacji tej decyzji - informuje Piotr Müller, rzecznik rządu.

Polska Spółka Gazownictwa poinformowała nas, że na podstawie decyzji Prezesa Rady Ministrów przystąpiła do realizacji nałożonych zadań zmierzających do przywrócenia dystrybucji gazu nie tylko w Łebie. Gaz zakrecono na terenie 10 gmin: Cegłówek, Kałuszyn, Lubień Kujawski, Lubowidz, Łeba, Mieścisko, Mrozy, Polanów, Zagórów i Żuromin.

Według resortu spraw wewnętrznych Novatek powiązany jest z Leonidem Wiktorowiczem Michelso-

nem, który został objęty sankcjami rządu Wielkiej Brytanii. Firma ma zajmować czwarte miejsce na liście największych firm rosyjskich i jest beneficjentem decyzji rządu Federacji Rosyjskiej. Działa w sektorach gospodarczych zapewniających istotne źródło dochodów rosyjskiemu rządowi, odpowiedzialnemu za aneksję Krymu i destabilizację Ukrainy. „Ponadto do dnia 28 lutego 2022 r. członkiem zarządu Novatek był Giennadij Mikołajewicz Timczenko, jeden z zaufanych współpracowników Władimira Putina, objęty sankcjami UE” - czytamy w uzasadnieniu do decyzji w sprawie wpisania podmiotu na krajową listę sankcyjną.

©P

Komentarz na str. 2



SŁUPSK

Czy dyrektor ZIM może dorabiać na budowach?

Podczas sesji Rady Miasta radna Anna Rożek z PO (na zdjęciu z radnym Pawłem Szewczykiem) wysłała rajcom zdjęcie tablicy z budowy osiedla przy ul. Szczecińskiej, aby zobaczyli, kto tam jest inspektorem

nadzoru. A jest nim dyrektor Zarządu Infrastruktury Miejskiej. Część radnych zaatakowała władze miasta, że wpływa to na traktowanie niektórych deweloperów w Słupsku. Więcej na str. 3



Jest decyzja premiera. Do Łeby popłynie gaz. Dostarczy go PGNiG

FOT. LUKASZ CAPAR

Ponad sześć milionów złotych na straż

Dobra wiadomość dla Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Bytowie. Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji zatwierdziło program modernizacyjny na lata 2022-2025 **str. 4**

W poniedziałek w naszej gazecie Strefa Biznesu

Artur Kielbasiński



ŚLEPA WIARA W GAZPROM

Rosyjska spółka Gazprom wstrzymała dostawy gazu do Polski. Powód - Polska nie zgodziła się na absurdalny, nie wynikający z umowy, obowiązek zapłaty w rublach. Wiadomość, która kilka lat wstrząsnęłaby rynkiem, dziś jest przyjmowana spokojnie. Zatrzymanie dostaw gazu jeszcze 15 lat temu byłoby „ekonomiczną bronią atomową” uderzającą w polską gospodarkę. Dziś najwięcej emocji w tej sprawie wzbudzają wpisy na Twitterze, w których aktywiści opozycji histeryzują, że posezanie grzewczym mamy wypełnione „tylko” 60% magazynów. A posezanie grzewczym 60% byłoby wynikiem całkiem dobrym, ale to wiadomość nieprawdziwa - zapalenie magazynów wynosi 76%, a lada dzień otwieramy połączenie gazowe z Litwą, a za kilka miesięcy ruszy Baltic Pipe, czyli gazociąg łączący polskie wybrzeże z Norwegią. Faktycznie nie ma więc powodów do niepokojów, bo potrafiliśmy przygotować się na negatywne scenariusze i „gazowy szantaż”. Jednak jeszcze niedawno inwestycje związane z gazem, w niektórych kręgach wyszydzało. Jest połowa stycznia 2022 r. były premier Waldemar Pawlak (PSL) mówi w „Rzeczpospolitej”, że Baltic Pipe jest niepotrzebny. Dlaczego? Bo zdaniem Pawlaka - a mówił to przypominę w połowie stycznia - istniała możliwość zabezpieczenia dostaw dzięki gazociągowi jamalskiemu i umowie z Gazpromem. Gdy Pawlak opowiada swoją wizję rzeczywistości Rosja gromadzi setki tysięcy żołnierzy na granicy z Ukrainą, a od niemal 8 lat okupuje Krym. Waldemar Pawlak, jednak nadal wierzył w rosyjski gaz. Głównie dlatego, że był tańszy. Ale takie poglądy jak zaprezentował Pawlak, są „promowane” od dawna. Mam przed sobą „analizę” autorstwa liberalnego publicysty Witolda Gadomskiego opublikowaną w lipcu 2018 r. na internetowej stronie Forum Obywatelskiego Rozwoju. Autor przekonuje, że Gazprom to poważny kontrahent, który nie uderzy w Polskę. Zacytujmy za stronę FOR: „(...) kurek z gazem dla Polski nigdy nie został zakreślony. Kilka razy zdarzały się krótkie przerwy w dostawach, wynikające ze sporów Gazpromu z Białorusią i Ukrainą, dotyczących płatności i taryf przesyłowych. Te przerwy dotknęły odbiorców z kilku krajów, także w Europie Zachodniej, a nie tylko w Polsce.” Jaka to uspokajająca wizja. Do tego garść złośliwości pod względem polityków PiS konsekwentnie dążących do dywersyfikacji źródeł dostaw. Czytając analizę z 2018 r. dowiadujemy się, że próby uniezależnienia się od Rosji m.in. przez budowę Baltic Pipe, to „fantasmagoria” a pomysły rywalizacji z Rosją na rynku gazu to „pomysł księżycowy”. Gdy Gadomski to pisze, Rosja od 4 lat okupuje Krym i morduje Ukraińców w Donbasie. Ale w całej Europie widzimy logo Gazpromu na piłkarskich stadionach, a także na koszulkach piłkarzy np. niemieckiego klubu Schalke 04. Jaki ten Gazprom był przyjazny i jak wspierał sport i kulturę. Cudownie!

Ale zaklinanie rzeczywistości nie sprawdziło się. Gazprom wstrzymał dostawy, a minister Siergiej Ławrow publicznie straszy i obraża Polskę. Tak naprawdę, to Rosja wstrzymała dostawy, a Gazprom był tylko narzędziem. Na szczęście byliśmy przygotowani.

Ale spróbujmy sobie odpowiedzieć na kluczowe pytanie - skąd taki błąd w ocenie sytuacji. Źródłem jest naiwność Pawlaka i Gadomskiego i wielu innych. Część polityków i komentatorów zakładała, że świat skupi się na rozwoju, że rywalizacja dotyczy walki konkurencyjnej na rynku. A „agresywna” to mogła być kampania reklamowa. Rosję traktowano jako poważny kraj, a Gazprom jako wiarygodnego partnera. I to jest fundamentalny błąd. Mimo, że każdy widział agresję na Gruzję, aneksję Krymu, każdy mógł posłuchać bełkotu rosyjskich polityków o „Wielkiej Rosji”, nadal wierzono, że Gazprom to wiarygodny partner. Wygląda na to, że Pawlak w styczniu tego roku nawet nie próbował zakładać, że Rosja może być naprawdę groźna, a Gazprom, nie jest normalną, rynkową firmą. A nie jest, i nigdy nie był. I oboje nie rozumieli, jak można było tego nie widzieć.

● Inflacja - trudny czas dla oszczędnych. ● Jak zadbać o swoje pieniądze, gdy banki oferują bardzo niskie oprocentowanie.

DYŻURNY GP

Na naszych Czytelników czekamy w redakcji „Głosu Pomorza” w Słupsku przy ulicy Pobożnego 19 oraz pod numerem telefonu 510 026 919

Bogumiła Rzeczkowska



KALENDARIUM

30 KWIETNIA

311 Cesarz rzymski Galeriusz wydał edykt tolerancyjny przyznający chrześcijanom wolność religijną.

1309 Nowogard uzyskał prawa miejskie.

1638 Król Władysław IV Waza wydał pozwolenie na budowę synagogi Izaaka Jakubowicza w Krakowie.

1789 W Nowym Jorku zaprzysiężono George'a Washingtona na pierwszego prezydenta USA.

1888 Kiyotaka Kuroda premierem Japonii.

LOTTO

28.04.2022, GODZ. 21.50

Lotto: 8, 9, 12, 20, 28, 44; **Lotto Plus:** 1, 2, 7, 17, 44, 48; **Multi Multi:** 13, 20, 21, 22, 26, 28, 33, 37, 42, 45, 47, 49, 51, 59, 60, 65, 68, 70, 71, 74 Plus 21; **Ekstra Pensja:** 10, 11, 13, 18, 35, 1; **Ekstra Premia:** 11, 12, 25, 32, 34, 2 **Mini Lotto:** 2, 15, 22, 29, 41; **Kaskada:** 2, 3, 5, 8, 9, 11, 14, 17, 19, 21, 22, 24; **Super Szansa:** 4, 1, 8, 2, 5, 4, 8

29.04.2022, GODZ. 14

Multi Multi: 3, 7, 8, 14, 15, 18, 20, 29, 35, 37, 44, 49, 54, 60, 62, 64, 69, 71, 72, 75 Plus 15; **Kaskada:** 2, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 21, 22, 23; **Super Szansa:** 9, 5, 8, 2, 7, 4, 7

WALUTY 29.04.22

USD	4,4072 (-)
EUR	4,6582 (-)
CHF	4,5504 (-)
GBP	5,5320 (-)

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (-) spadek ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (o) bez zmian

Granica jak pampers



Podmiejskie osiedle Bierkowo przy rowerowej drodze na trasie Słupsk - Jarosławiec - Darłowo

Ireneusz Wojtkiewicz
Fellieton rowerowy

Wygląda na to, że Słupsk się rozpycha, by powiększyć swoje terytorium kosztem gminy Słupsk. Ta zaś, jak się przyjrzyć mapie i specyfice powiatu słupskiego, otacza go niczym pampers.

Trzeba się przez to przebić, aby wjechać na popularne, zamieszkiwane drogi rowerowe.

Trzeba też przeczekać w mieście długie pochody mieszkańców gminy Słupsk, protestujących przeciwko włączaniu okolicznych sołectw do granic miasta. W ubiegłotygodniowym, kilkusetosobowym przemarszu wyglądałem grupy rowerzystów w celu posłuchania ich opinii o wspomnianych trasach. Wypatrzyłem tylko jednego z rowerem. Zatem samotnie kręcę na zachód, gdzie jest Bierkowo - największe z siedmiu sołectw, które Słupsk chce zabrać. Na 6. kilometrze (licząc od ratusza) jest chyba granica między miastem a gminą, ale z oznakowania drogi wcale nie wynika, który przebiega. A w ogóle to wątpliwe, czy się jest poza miastem, wszak z prawej strony mija się wszystko, co Słupsk ma w nazwie i nie tylko: to nowy cmentarz komunalny, duży obszar ogrodów działkowych z parkingami zastawionymi au-

tami tylko z numerami rejestracyjnymi GS, składowisko odpadów komunalnych oraz cmentarzyk dla zwierząt zwany „Doliną Pupilków”. W tym samym czasie na ulicach centrum miasta i na parkingach marketów panuje cisza aut z numerami GSL.

Na 7. kilometrze takim przerwaniem słupskiego ciągu na zachód jest osiedle Bierkowo, gdzie skręca się na prawo, a więc w przeciwnym kierunku niż do wsi Bierkowo. Czyli zjeżdża się z drogi rowerowej na ok. jednokilometrową ścieżkę pieszo-rowerową, która w przeciwieństwie do tej głównej jest oświetlona hybrydowymi lampami. Takowych niestety nie ma na całej trasie od Słupska aż po Bruszkowo Wielkie, wiodącej dalej nad morze do Jarosławca i Darłowa. Ta droga nocną porą tonie w ciemnościach, a stale jest zaniedbana aż po Zaleskie.

Poza tym wspomniane osiedle jest niewielkie, zadbane i ciche, aż w uszach dzwoni. Też nie chce przynależeć do miasta, pomimo że Słupsk je pobudował. Metryki pochodzenia są w opisie pętli autobusowej PKS jako przystanek PGO. Jedni to odczytują jako „Przedsiębiorstwo Gospodarki Odpadami”, inni jako „Państwowe Gospodarstwo Ogrodnicze” - oba słupskie, przy czym po tym

drugim z wielohektarowymi szklarniami została tylko zrujnowana portiernia.

Wracam na główną trasę, by na 12. kilometrze zjechać na stację rowerową, a stamtąd skręcić do wsi Bierkowo. Stacja, gdzie uwagę przyciąga baner sprzeciwu wobec włączenia do Słupska, wymaga remontu. Poza tym Bierkowo zadbane jak chyba żadna dzielnica Słupska. Przy głównej ulicy zwanej Grodzka są cztery bocianów. Ba, mająca na swoim terytorium miejsca przedmiotowych sejmików bocianich w okolicach wspomnianego osiedla Bierkowo.

W szpalerze banerów ze sprzeciwami ul. Grodzka przechodzi w ul. Lipową prosto jak strzelił, bo Bierkowo to wieś ulicówka. Na 14. kilometrze robi się całkiem lipnie, bo fatalna nawierzchnia ciągnie się aż do ul. Batalionów Polskich w Słupsku. Właśnie stamtąd płyną ostatnio obietnice poluzowania granicznego pampersa, dzięki czemu zyska ta trasa turystyczno-rekreacyjna, często odwiedzana przez słupszczan i bierkowian.

nasz REGION

USTKA

Start przychodni

Na początku maja ma zostać uruchomiona nowa przychodnia. Władze Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku deklarują dotrzymanie terminu. Str. 4



POWIAT BYTOWSKI

6 milionów na straż

Dobra wiadomość dla Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Bytowie. MSWiA zatwierdziło program modernizacyjny na lata 2022-2025. Str. 4



FOT. KP PSP W BYTOWIE

Czy dyrektor ZIM może dorabiać na budowach w Słupsku? Radna PO uważa, że nie

Grzegorz Hilarecki
Słupsk

Radna Anna Rożek z PO wysłała radnym zdjęcie tablicy z budowy osiedla przy ul. Szczecińskiej, aby zobaczyli, kto tam jest inspektorem nadzoru. A jest nim dyrektor Zarządu Infrastruktury Miejskiej. Część radnych zaatakowała władze miasta, że wpływa to na traktowanie niektórych deweloperów w Słupsku.

Dyskusja na środowowej sesji Rady Miasta w Słupsku podczas uchwały dotyczącej odstąpienia miasta od zmiany planu zagospodarowania przestrzennego na osiedlu Westerplatte przyniosła nieoczekiwany obrót. Zaczęła dotyczyć zagospodarowania wody opadowej podczas inwestycji w Słupsku i problemów z tym w niektórych częściach miasta oraz... etyki urzędniczej.

Anna Rożek, radna PO: - Bardzo żałuję, że nie byliśmy tak skrupulatni, co do tych ba-

dań i retencji wody w przypadku osiedla przy ul. Szczecińskiej. Tam nikt nie zwracał na to uwagi. Dlaczego? Wystarczy na tablicę spojrzeć, kto był tam inspektorem nadzoru!

Radna Renata Stec z PO: - Każdy deweloper otrzymuje wytyczne z ZIM-u, co do odprowadzania deszczówki.

Podczas dyskusji radna Rożek w czasie sesji wysłała radnym zdjęcie tablicy z budowy osiedla przy ul. Szczecińskiej, by zobaczyli, kto tam jest inspektorem nadzoru. Nie jest to tajemnicą, że na tej budowie dorabia Jarosław Borecki, dyrektor Zarządu Infrastruktury Miejskiej w Słupsku. Zobacz to na żółtej tablicy każdy, kto na nią spojrzy.

Radny Paweł Szewczyk z PO zarzucił władzom miasta nierówne traktowanie deweloperów, sugerując, że niektórzy mają ich przychyłność.

Wyraźnie wzburzona pani prezydent Słupska z mównicy ripostowała, że to nieprawda i jest oczywiście przychylna wszystkim deweloperom,



Budowa osiedla przy ul. Szczecińskiej

równy i tak samo i zgodnie z prawem.

- Porównanie do inwestycji na miejscu po fabryce SAFO jest nietrafione. Tam mieliśmy

miejskowy plan zagospodarowania przestrzennego i był to teren pod inwestycję mieszkaniową. Nieważne, kto był inspektorem nadzoru. Tam zo-

stały określone warunki zagospodarowania tych wód wcześniej - tłumaczyła Krystyna Danilecka-Wojewódzka podczas sesji.

Dyrektor ZIM przebywa poza firmą, ale odpowiedział na nasze SMS-y. Napisał, że na miejscu inwestycji przy ulicy Szczecińskiej była fabryka i wody deszczowe odprowadzane były do kanalizacji deszczowej, która tam istniała. W takich wypadkach inwestor nie musi zwracać się do ZIM. Jako potwierdzenie dyrektor przysłał mapy, wynika z nich, że na osiedlu jest teraz retencja i rury o średnicy 800, a do miejskiej sieci kanalizacyjnej podłączone jest to rurą o średnicy 160. Nie ma więc problemu z odprowadzaniem deszczówki do miejskiej sieci z tego miejsca.

Zapytaliśmy panią prezydent o to, czy nie widzi tu konfliktu interesów. - Wszelkie warunki dotyczące każdej inwestycji są określane wcześniej, na kilka miesięcy przed początkiem budowy. Dyrektor Borecki jest inżynierem, co robi po godzinach pracy w urzędzie, to jego sprawa. Ja tu nie widzę konfliktu interesów - powiedziała nam Krystyna Danilecka-Wojewódzka. ©©

FOT. LUKASZ CAPAR

Gminna akcja sprzątania i 100 worków wypełnionych śmieciami. Ekospacery mieszkańców w Czarnej Dąbrówce

Sylwia Lis
Powiat bytowski

Ekologiczna akcja sprzątania w gminie Czarna Dąbrówka. Mieszkańcy nie zawiedli!

Niemal wszystkie sołectwa z gminy Czarna Dąbrówka wzięły udział w ekologicznej akcji sprzątania gminy.

- W imieniu wójta gminy Czarna Dąbrówka dziękujemy serdecznie wszystkim aktywnie zaangażowanym w pomoc naszej planecie - mówią organizatorzy akcji z gminnego ośrodka kultury. - Jesteście niesamowici! Do akcji przyłączyło się: sołectwo Nożynko, Nożyno, Kleszczyniec, Kozy, Czarna Dąbrówka oraz niezawodni strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej z Czarnej Dą-



FOT. GOK CZARNA DĄBRÓWKA

Mieszkańcy niemal wszystkich sołectw w gminie Czarna Dąbrówka wzięli udział w ekologicznej akcji sprzątania

rówki. To dzięki waszej wytrwałości w sumie udało się zebrać blisko 100 worków śmieci.

Postanowiliśmy wyróżnić sołectwo Nożynko za zaangażowanie dużej liczby mieszkań-

ców, piękne banery, traktorki wożące worki i cudną prezentację z akcji. Trzeba przyznać,

że Nożynko przyłożyło się do akcji, a napisy na banerach: „Sołectwo Nożynko to eko lu-

dzie, którzy wiedzą, że źle żyje się w brudzie” przyciągały wzrok. ©©



FOT. GOK CZARNA DĄBRÓWKA

Nowa przychodnia w Ustce. Otwarcie na początku maja

Bogumiła Rzeczkowska
Zdrowie

Na początku maja ma zostać uruchomiona przychodnia w Ustce. Władze szpitala w Słupsku deklarują dotrzymanie terminu, ale jeszcze negocjują z lekarzami.

Mieszkańcy Ustki od kilku lat mają problem z otrzymaniem usług podstawowej opieki zdrowotnej. Długie terminy oczekiwania na wizytę, czy receptę stały się normą. Ostatnio w przychodni PZU Zdrowie sytuacja nieco się poprawiła.

Jednak spora część pacjentów oczekuje otwarcia przez Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Słupsku przychodni POZ w zmodernizowanym budynku szpitala przy ulicy Mickiewicza 12 w Ustce.

W osobnej części przeznaczanej na przychodnię powstały gabinety lekarskie i zabiegowe, recepcja, poczekalnia i cała niezbędna infrastruktura.

Przychodnia jako odpowiedź na potrzeby mieszkańców miała rozpocząć działalność na przełomie marca i kwietnia tego roku.

- Inwestycja przesunęła się w czasie. Deklarujemy, że otwarcie nastąpi na początku maja. Po weekendzie będę mógł podać więcej szczegółów - mówi Marcin Prusak, rzecznik prasowy szpitala w Słupsku. - Szpital poszukuje lekarzy chętnych do pracy w nowej przychodni, z niektórymi trwają rozmowy. Kilka dni temu przeszliśmy kontrolę Narodowego Funduszu Zdrowia, która zakończyła się pozytywnym wynikiem.

Tymczasem ustczanie nie mogą doczekać się otwarcia nowej przychodni. Dopytywał o to radny Daniel Król na ostat-



Nowa Przychodnia Podstawowej Opieki Zdrowotnej będzie mieściła się w budynku szpitala przy ul. Mickiewicza 12 w Ustce

niej sesji rady miasta. Burmistrz Jacek Maniszewski odpowiedział, że przychodnia ma zostać otwarta na początku maja, nie wskazując konkretnego terminu.

- Dla mnie bardzo ważne jest, aby móc się zapisać do nowej przychodni. Jednak słyszałam, że obejmie ona leczeniem tylko 1 500 osób. A zainteresowanie jest znacznie większe, więc obawiam się, że gdy przychodnia zacznie działać, to nie będzie miejsc - jedna z ustczanek przedstawiła nam swoje obawy.

Okazuje się jednak, że wcześniejsze zapisy są niemożliwe.

- Niestety, przepisy są tak skonstruowane, że można zapisać się do lekarza rodzinnego i wybrać pielęgniarkę środowiskową dopiero po otwarciu przychodni - wyjaśnia Marcin

Prusak. - Deklaracje będzie można składać na miejscu już w chwili uruchomienia przychodni i od razu uzyskać pomoc medyczną. Z przepisów wynika też, że do jednego lekarza rodzinnego może zapisać się dwa i pół tysiąca osób.

Utworzenie nowej przychodni POZ w Ustce słupski szpital sfinansował kwotą ponad 1,3 mln zł w ramach Pożyczki Miejskiej udzielonej przez Pomorski Fundusz Rozwoju Sp. z o.o. ze środków Województwa Pomorskiego w ramach

Zapisać się do lekarza rodzinnego i wybrać pielęgniarkę środowiskową można dopiero po otwarciu przychodni

mach Produktu Finansowego. Ustka wspomogła to przedsięwzięcie 200 tysiącami złotych dotacji celowej, którą przekazała szpitalowi na wyposażenie w dwóch ratach równych - w ubiegłym roku i w lutym tego roku.

Władze szpitala już wcześniej zapewniały, że godziny otwarcia przychodni POZ dostosowane będą do potrzeb mieszkańców Ustki, ale muszą być także zgodne z obowiązującymi przepisami i będą zależeć od liczby zapisanych pacjentów. Zamiary są takie, by z usług POZ korzystało pięć tysięcy pacjentów.

W budynku, gdzie powstaje przychodnia, od kilku lat działa m.in. punkt Nocnej Opieki Chorych. W maju zostanie uruchomione Centrum Rehabilitacji i Opieki Długoterminowej. ©©

Inwestycje w bytowskiej i miasteckiej straży pożarnej za ponad 6 mln zł

Andrzej Gurba
Powiat bytowski

Dobra wiadomość dla Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Bytowie. Ponad 6 mln zł na przebudowę i remont obiektów w Bytowie i Miastku.

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji zatwierdziło program modernizacyjny na lata 2022-2025. Powiatowa komenda otrzyma ponad 6 mln zł na przebudowę i remont obiektów strażackich w Bytowie i Miastku.

Dariusz Kaźmierczak, komendant powiatowy PSP w Bytowie, mówi, że chodzi o trzy obiekty. - To budynki warsztatowo-magazynowe KP PSP w Bytowie i JRG w Miastku oraz sala gimnastyczna w Miastku. Na obiekt w Bytowie zaplanowano około 3,8 mln zł, na budynek w Miastku około 950 tys. zł i na salę w Miastku około 1,5 mln zł - informuje Dariusz Kaźmierczak. W Bytowie przewidziano re-

mont budynku na zewnątrz i wewnątrz. Chodzi m.in. o nowy układ pomieszczeń, wymianę instalacji, termomodernizację.

W Miastku zaplanowano prace remontowe w środku budynku. To zmiana układu pomieszczeń (garażują tam auta), wymiana instalacji, montaż paneli fotowoltaicznych (także w Bytowie).

Przy JRG w Miastku znajduje się sala gimnastyczna. Wykorzystują ją miejscowi strażacy, czasami jest wynajmowana, ale coraz rzadziej.

Nie tylko z uwagi na nie najlepszy stan techniczny, ale także dlatego, że w Miastku jest sporo innych sal sportowych do wynajęcia. - Planujemy wymianę albo odnowienie parkietu, przebudowę dachu, wymianę instalacji - mówi Dariusz Kaźmierczak.

Prace w Bytowie i Miastku mają rozpocząć się w 2023 roku. Wtedy ogłoszone zostaną przetargi na dokumentację (teraz jest projekt koncepcyjny) oraz na wykonanie prac.

©©

Aleksander Szopa trzecim kandydatem na burmistrza

Andrzej Gurba
Miastko

Aleksander Szopa, prezes Miasteckiego Towarzystwa Gospodarczego i radny powiatowy, to kolejny kandydat w przedterminowych wyborach na stanowisko burmistrza Miastka.

Aleksander Szopa wcześniej zabiegał o poparcie miasteckiej Samorządności, która ma samodzielną większość w Radzie Miejskiej w Miastku. Taj jednak oficjalnego poparcia udzieliła radnemu Przemysławowi Pakule, swojemu klubowemu koledze.

Aleksander Szopa w publicznych wypowiedziach najpierw mówił, że myśli o stworzeniu własnego komitetu wyborczego. Później, po decyzji Samorządności,

raczej wykluczył swój start w wyborach. Teraz ogłosił kandydowanie zapowiadając stworzenie własnego komitetu wyborczego. W związku z jego kandydowaniem raczej dojdzie do podziału w samej Samorządności. Radną z tego komitetu jest jego żona Mirosława Szopa, a więc trudno się spodziewać, że nie poprze męża, a poprze Przemysława Pakulę. Aleksandrowi Szopie sprzyja też co najmniej dwóch innych radnych Samorządności, w tym Mieczysław Czarniecki, który jest skarbnikiem w Miasteckim Towarzystwie Gospodarczym.

Wcześniej swoje kandydowanie, poza Aleksandrem Szopą i Przemysławem Pakulą, zapowiedziała Renata Kiempa - pełniąca obowiązki burmistrza Miastka. Wybory odbędą się 3 lipca br. ©©

ŚWIĘTOWANIE



MIASTKO

Raid w narodowych barwach z jedynek

Wczoraj ulicami Miastka przemarszerowało blisko 250 uczniów i dzieci z miejscowych szkół i przedszkoli. Szkoła Podstawowa nr 1 w Miastku zorganizowała, jak co roku, pieszki rajd z okazji majowych świąt.

Barwny korowód zatrzymał się między innymi przed Pomnikiem Narodu Polskiego. Raid zakończył się na boisku SP nr 1 wręczeniem nagród i dyplomów. Nagrodzone zostały między innymi najciekawsze ubiory w barwach narodowych.

Andrzej Gurba

Wyrazy głębokiego współczucia
Rodzinie

z powodu śmierci

Jerzego Hostyńskiego

składają

Zarząd i Pracownicy

PHU „Hydrobud-Eko” Sp. z o.o.

REKLAMA

0010492335

E 59
**Poznań
Szczecin**
Modernizujemy odcinek Wronki – Słomce

PKP POLSKIE LINIE KOLEJOWE S.A.

Stacja Rębusz

Lepsze podróże z nowych peronów w Zachodniopomorskiem

Nowe perony w Bierzwniku i Rębuszu zapewniają wygodniejsze podróże koleją z Poznania do Szczecina. To kolejny efekt modernizacji linii kolejowej realizowanej przez PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. Projekt jest dofinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Instrumentu „Łącząc Europę” (CEF).

Dzięki wyższym, szerszym i dłuższym peronom, pasażerowie wygodniej wsiadają i wysiadają z pociągów w Bierzwniku i Rębuszu. Platformy zostały dostosowane do potrzeb osób o ograniczonej możliwości poruszania się. Wykonano wygodne dojścia do peronów i antypoślizgową nawierzchnię wraz ze ścieżkami naprowadzającymi dla osób niewidomych i niedowidzących. Zamontowane zostały nowe wiaty i ławki, które poprawiły komfort oczekiwania na pociąg. Jaśniejsze LED-owe oświetlenie zapewnia bezpieczne podróżowanie po zmroku. Orientację podróżnym ułatwiają tablice z czytelnym oznakowaniem i gabloty z rozkładami jazdy. Wśród zamontowanych koszy na śmieci, są również takie, które umożliwiają segregację odpadów.

Wygodniejsza podróż koleją między Wielkopolską a Pomorzem Zachodnim

Polskie Linie Kolejowe sukcesywnie poprawiają warunki podróży koleją. Już na 23 stacjach i przystankach z 31 modernizowanych między Poznaniem a Szczecinem można wygodniej

wsiadać do pociągów z nowych peronów. W zachodniopomorskim i lubuskim pasażerowie korzystają z nowych peronów w Podlescu, Mierzynie, Bierzwniku, Rębuszu, Starym Kłukomiu, Choszczynie, Ziemomyślu, Dolicach, Morzycy, Kolinie, Grzędzicach, Miedwiecku, Reptowie i Szczecinie Zdunowie.

Na 190 km trasie Poznań – Szczecin odpowiednia, etapowa organizacja inwestycji zapewnia rozkładowe przejazdy pociągów i prowadzenie robót budowlanych. Dwa nowe tory z siecią trakcyjną i nowoczesnymi urządzeniami sterowania ruchem są już gotowe m.in. na szlakach Poznań – Wronki, Słomce – Choszczno oraz Reptowo – Szczecin Dąbie, a jeden tor m.in. na odcinkach Drawiny – Dobiegniew, Dobiegniew – Rębusz, Choszczno – Dolice i Stargard – Reptowo.

Poziom bezpieczeństwa na szlaku zwiększą zmodernizowane przejazdy kolejowo-drogowe. Sprawne przewozy kolejowe zapewni przebudowa mostów i wiaduktów, m.in. nad Wartą, Drawą, Notecią i w Stargardzie. Zakończenie robót budowlanych planowane jest do końca 2023 r.



Stacja Bierzwnik



Budowa drugiego toru w Bierzwniku

www.plk-sa.pl

www.plk-inwestycje.pl

www.funduszeuropejskie.gov.pl

www.portalpasazera.pl

www.poznan-szczecin.pl

Korzyści z realizacji projektu:



**krótszy
czas podróży**



**atrakcyjne warunki
dojazdu koleją
do pracy i szkoły**



**komfortowe
stacje
i przystanki**



**sprawny
transport
towarów**



**ekologiczna kolej
– przejścia
dla zwierząt**



**Rzeczpospolita
Polska**



**Dofinansowane przez
Unię Europejską**

Projekt „Prace na linii kolejowej E 59 na odcinku Wronki – Słomce” jest dofinansowany przez Instrument Unii Europejskiej „Łącząc Europę”

Wyłączną odpowiedzialność za treść publikacji ponosi jej autor. Unia Europejska nie odpowiada za ewentualne wykorzystanie informacji zawartych w takiej publikacji.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

GUS: Rekordowo wysoka inflacja w kwietniu

Ceny towarów i usług konsumpcyjnych w kwietniu 2022 r. wzrosły o 12,3 proc. w ujęciu rok do roku. W porównaniu z poprzednim miesiącem ceny wzrosły natomiast o 2,0 proc. – poinformował w piątek Główny Urząd Statystyczny w tzw. szybkim szacunku.

Ekspertcy spodziewali się niższego wzrostu. Jeszcze w marcu prognozowano, że inflacja osiągnie poziom 10,1 proc. Teraz ekonomiści prze-

widują, że szczyt inflacji, który przypadnie na miesiąc letnie, sięgnie rekordowych wartości. Ze względu m.in. na rosnące ceny żywności, w lipcu i sierpniu inflacja rok do roku może wynieść nawet 13-14 proc.

Obecne prognozy sugerują, że po letnim przesileniu inflacja zacznie się obniżać im bliżej końca 2022 roku. Niepewnym czynnikiem jest tu jednak wojna na Ukrainie. Maciej Badowski

WARSZAWA

Pierwsza Komunia św. na kredyt?



Według Krajowego Rejestru Długów, rodzice nie zamierzają oszczędzać na przyjęciach z okazji Pierwszej Komunii Świętej. Przeszło co czwarty rodzic weźmie kredyt lub pożyczkę na wyprawienie imprezy komunijnej. Znacznie częściej na takie rozwiązanie zdecydowały się osoby, którym zależy na wystawnej uroczystości.

GDYNIA

Hiszpański okręt z pomocą dla Ukrainy jest już w Gdyni

„Ysabel”, okręt hiszpańskiej marynarki wojennej, przewożący pomoc wojskową dla Ukrainy, przypłynął do portu w Gdyni. Na pokładzie przywiózł około 200 ton wsparcia dla broniących się przed rosyjską inwazją Ukraińców. Jednostka przywiozła broń

i amunicję, które zostaną przewiezione przy użyciu 30 ciężarówek oraz 10 lekkich pojazdów terenowych. Jak pisze dziennik „El País”, pojazdy te wrócą do Hiszpanii, gdyż nie zostały włączone do pomocy wojskowej. Adam Kiela

WASZYNGTON

„Wczoraj Rosja zagroziła dwóm naszym sojusznikom odcięciem dostaw energii. Powiem jasno: nie pozwolimy Rosji zastraszać ani szantażować w celu jej wyjścia z sankcji. I nie pozwolimy im używać ropy, aby uniknąć konsekwencji za ich agresję” – napisał na Twitterze prezydent Joe Biden. To reakcja na wstrzymanie przez Rosję dostaw gazu do Polski i Bułgarii, które odmówiły płacenia za gaz w rublach.

”

Rosja zagroziła dwóm naszym sojusznikom odcięciem dostaw energii. Nie pozwolimy jej na szantaż

Joe Biden prezydent Stanów Zjednoczonych

Policja szykuje wzmożone kontrole w czasie majówki

Marcin Koziestański
Warszawa

Rozrywka i odpoczynek muszą iść w parze z bezpieczeństwem – przekonuje polska policja, która właśnie rozpoczyna wzmożone działania, mające zapewnić bezpieczeństwo w czasie majówki.

Rozpoczyna się majówka. To czas zawsze z niecierpliwieniem oczekiwany przez wszystkich. Piękna pogoda, zaawansowana wiosna, grille, spotkania, zabawy, imprezy rozrywkowe, kulturowe czy sportowe. Po okresie dwuletniej pandemii radość jest tym bardziej spotęgowana. Niemniej zawsze po zakończeniu majówki przychodzi czas refleksji. Policyjne statystyki szybko przekonują nieprzekonanych, że nieszczęść i ludzkich tragedii jest zbyt wiele.

Dlatego to czas wytężonej pracy dla wszystkich policjantów, którzy w całodobowych służbach dbać będą o bezpieczeństwo wszystkich.

Sporo pracy będą mieli policjanci ruchu drogowego. Dlatego, że w tym czasie ruch na drogach zawsze gęstnieje, a nie zawsze za kierownicą siedzą kulturalni kierowcy. Tutaj ze strony policji zawsze idzie jasny i czytelny przekaz – odpowiedzialny kierowca może liczyć na cenne wskazówki i porady. Natomiast dla drogowych piratów nie będzie taryfy ulgowej – mówi podinspektor Mar-



FOT. GRZEGORZ OKŁOWSKI / POLSKA PRESS

Rok temu w czasie majówki doszło do 205 wypadków, w których zginęło 20 osób, a 252 zostały ranne

cin Maludy, rzecznik Komendanta Wojewódzkiego Policji w Gorzowie Wielkopolskim.

Wzmoczone patrole drogowki będą widoczne w całym kraju na głównych arteriach komunikacyjnych, ale także na drogach lokalnych.

Policjanci wyposażeni w alkomaty i testery narkotykowe będą sprawdzać stan psychofizyczny kierowców. W tym aspekcie nie będzie tolerancji dla osób, które zdecydowały się wsiąść za kierownicę, będąc pod działaniem alkoholu czy środków psychoaktywnych – podkreśla podinspektor Ma-

ludy. I jednocześnie przypomina o możliwości sprawdzenia trzeźwości o każdej porze w komendach i komisariatach policji. Jeśli nie jesteśmy stuprocentowo przekonani, co do naszej trzeźwości, a zamierzamy wsiąść za kierownicę, powinniśmy skorzystać z możliwości szybkiego przebadania się.

W czasie majówki mundurowi szczególną uwagę będą zwracać na to, czy kierowcy i pasażerowie korzystają z pasów bezpieczeństwa, a dzieci przewożone są w specjalnych fotelikach. Kontrolowana będzie również prędkość, z jaką poruszają

się kierowcy. To właśnie niedostosowanie prędkości do warunków jest najczęstszą przyczyną wypadków drogowych.

W czasie majówki 2021 w całej Polsce doszło do 205 wypadków drogowych, w których 252 osoby zostały ranne, a 20 poniosło śmierć.

Od 1 stycznia 2022 roku obowiązują nowe, znacznie surowsze taryfikatory mandatów, których celem – według pomysłodawców – jest zapewnienie większego bezpieczeństwa na drogach. Przykładowo – przekroczenie dopuszczalnej prędkości o 21-25 km/h jest dziś karane mandatem w wysokości 300 zł i 6 punktów karnych.

Według nowego taryfikatora mandatów, maksymalna kwota za jedno przewinienie może wynosić 5000 zł, a w przypadku kierowców, którzy dopuścili się więcej niż jednego wykroczenia – 6000 zł.

Kara za jazdę po spożyciu alkoholu (0,2-0,5 promila we krwi) to grzywna nie niższa niż 2500 zł (maksymalna to 30 tys. zł) lub areszt do 30 dni, zakaz prowadzenia pojazdów od 6 miesięcy do 3 lat i 10 punktów karnych.

Z kolei za jazdę w stanie nietrzeźwości (powyżej 0,5 promila we krwi) grozi nawet kara więzienia, zakaz prowadzenia pojazdów od 1 do 15 lat, 10 punktów karnych i kara pieniężna od 5000 zł do 60 000 zł (na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym i Pomocy Postpenitencjarnej).

Władza w Chersoniu wprowadza rubla. Obawy Ukraińców, w sprawie planowanego referendum

Kazimierz Sikorski
Chersoń

Prorosyjska władza w Chersoniu zacieśnia kontakty z Moskwą i kontrolę nad ukraińskim miastem. Wprowadza nawet swoją walutę, rubla.

Prorosyjskie władze wyjaśniły, że krok ten ma zacieśnić kontrolę nad ukraińskim regionem. Kirill Stremousov, przedstawiciel prorosyjskich władz w Chersoniu

zapowiada, że przejście na rubla rozpocznie się od maja i potrwa do czterech miesięcy. W tym czasie będzie on krążył obok oficjalnej waluty Ukrainy – hrywny.

Kwestia powrotu obwodu chersońskiego do Ukrainy jest wykluczony. To niemożliwe. Region będzie się teraz rozwijał gospodarczo – mówił Stremousov w rozmowie z rosyjską RIA Nowosti, nazywając przy okazji Ukrainę „nazistowską”.

Kilka dni temu Rosja ogłosiła, że uzyskała pełną kontrolę

nad regionem i mianowała własnego burmistrza w Chersoniu. Został nim Ołeksandr Kobets, który będzie podlegał nowemu szefowi „chersońskiej administracji regionalnej” Wołodymyrowi Saldo. Kobets powiedział, że zabiera się do pracy i będzie koordynował wszystkie działania zapewniające funkcjonowanie miasta.

Ukraiński burmistrz Ihor Kolyhajew napisał na Facebooku, że przeciwstawia się rosyjskim rozkazom.

Odmówił współpracy z nową administracją – przekazał.

Napięcie w Chersoniu jest ogromne. Nowa władza używa gazów łzawiących i granatów hukowych do protestujących. Ekspertcy spodziewają się większej eskalacji, przy okazji referendum, które mają zostać przeprowadzone na okupowanych terenach. Mieszkańcy mają zdecydować o przyłączeniu regionów do Rosji. Kijów twierdzi, że wyniki zostaną sfałszowane.

Grillujemy rozsądnie i z empatią. To trzeba wiedzieć
PORADNIK, *str. 11*

Sezon grillowy czas zacząć, czyli przepisy na pyszne dania z grilla
KUCHNIA, *str. 12-13*

WEEKEND *z rodziną*

Ananas – zdrowy owoc, nie tylko wspomagający odchudzanie
ZDROWIE/URODA, *str. 14*

Nietoperze to nasi skrzydlaci, niezwykle pożyteczni sąsiedzi
ZWIERZĘTA, *str. 15*

GŁOS

Sobota–Niedziela, 30.04–1.05.2022

CZY MOŻNA
I CZY WARTO
UCZYĆ SIĘ
OPTYMIZMU?



Czy pesymizm zawsze jest zły a optymizm dobry?
Od czego zależy nasze nastawienie do siebie i świata? Czy optymizmu można się nauczyć?
Czy jako naród jesteśmy bardziej optymistami czy pesymistami? **TEMAT WEEKENDU**, *str. 9*

Milena Kochanowska

Z OPTYMIZMEM



Stałą zasadą każdego z nas powinno być to, by nie martwić się sprawami, na które nie mamy wpływu. To już jest jakiś wstęp do tego, by zdjąć z siebie kilka problemów. Dobrze też jest, gdy wierzymy w siebie i w to, że coś, za co się zabieramy, zakończy się pozytywnie i po naszej myśli. Bo niby dlaczego mielibyśmy w ogóle się tym zajmować, jeżeli z góry zakładali byśmy, że się nie uda? Rozwaga to nie pesymizm. To, że przed podjęciem decyzji rozpatrujemy wszystkie za i przeciw, nie jest niczym dziwnym. Dzielnie włożyć na czworo to już trochę coś innego, ale znam osoby (zwłaszcza kobiety), które bez tego i tak żadnej decyzji nie podejmą – po prostu bardziej dokładnie niż inni problemowi się przyglądają. Nie oznacza to jednak, że są bierne, bezradne, czy zadręczające siebie i innych. A że czasem czarno widzą, no cóż, każdemu zdarza się, że pozytywne myślenie z różnych powodów zawodzi – ma się akurat gorszy dzień lub zwyczajnie nie chce się czegoś zapeszyć. Skrajny pesymizm to prosta droga do depresji; hurra- optymizm może zaś oderwać nas od rzeczywistości, dać asumpt do nieustannego przeceniania swych sił i pozbawić zdrowego rozsądku. Umiarkowani pesymiści często podejmują lepsze decyzje i lepiej się przygotowują do jakiegos zadania, bo nie liczą tylko na to, że „jakoś to będzie”. Muszą tylko przestać tych zadań się bać. Życie jest wystarczająco trudne i bez pesymizmu, więc dlaczego jeszcze sobie je nim utrudniać? Łatwo się mówi, lecz nie każdy podobno tak łatwo może zmienić swoje nastawienie do siebie i życia. A jednak, jak przekonuje nas Martin Seligman, optymizmu można się nauczyć. Bo według amerykańskiego psychologa optymizm to coś więcej niż wiara w siebie i pozytywne nastawienie do życia. To głównie sposób, w jaki radzimy sobie z porażką i w jaki interpretujemy niekorzystne dla nas zdarzenia. A skoro istnieją niezbite dowody, że optymistyczny stosunek do świata, do siebie i do tego, co się nam przydarza, jest nie tylko zdecydowanie korzystny dla nas, ale i dla naszego zdrowia i otoczenia, to może jednak warto spróbować coś zmienić? I oczywiście wierzyć, że się to w dużej mierze uda. I przede wszystkim zrobić to dla siebie. Zapraszam do lektury.

Nieporadnik Tatusia

SZELESZCZYMY

- Sza! Sza. - Szo! Szo.
- Szedł Sasza suchą szosą. Szedł Sasza suchą szosą.
- No i znakomicie synku, znakomicie!
- Tato, a czy wszystkie wly mają grzywy?
- Chyba lwy? - No, wly. - Lwy. - Wly. - Lwy. - Wly.
- Jeden lew, dwa lwy. - Jeden lew, dwa lwy.
- O, a widzisz, umiesz mówić lwy. - Wly.

Dzizes. Ćwiczenie z logopedii to mordęga. Starszy nie radził sobie z szy. Młodszy - z s. Teraz młodszy nie mówi „sz” wcale, a starszemu śnią się wly. I muszą ćwiczyć z tatą, bo przy ich skupieniu najlepsze jest wplatanie ćwiczeń w aktywności. Pani logopeda kazała, na pierwszej wizycie. Trzeba było poćwiczyć rozciąganie języka, twarzy, ust. Wiecie, te wszystkie trąbki, buziaczki, podkówki, zakładanie warg na nos, dotykanie językiem uszu... czy jakoś tak. Teraz stoimy sobie na świątłach i nasz wesoły autobus wygina śmiało twarze... Aż z sąsiednich aut spoglądają zdziwieni kierowcy spieszący się do swoich korpo. Nie rozumie życia ktoś, kto nie musiał ćwiczyć dmuchania piórka przez stół. A jak to dorosłemu pomaga... Bo jak tak sobie człowiek przypomni, to pani logopeda na pierwszej wizycie powiedziała coś jeszcze: Ale pan wie, że ma pan wadę wymowy? I szeleszczących głosek to pan z dziećmi ćwiczyć nie powinien. **Tata**

Gwiazda

*BO TAK MI SIĘ ZDARZYŁO W ŻYCIU,
ŻE KOCHAM TO, CO ROBIĘ – ŚPIEWANIE.
TO JEST DLA MNIE BARDZO WAŻNE
I DAJE MI NIEUSTANNY NAPĘD*

Halina Kunicka, piosenkarka



FOT. JAROSŁAW PRUSS

Kartka z kalendarza: 1-8 maja

Budowa świątyni i pałacu kultury, szalejący halny i pierwszy Dzień Flagi

Co w tych dniach, w minionych latach, działo się ciekawego lub takiego, o czym powinniśmy pamiętać - na świecie i w Polsce? Sprawdźcie!

2 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Anatol, Anatoliusz, Atanazy, Borys, Cyriak, Częstowoj, Eksuperiusz, Gwalbert, Teodulf, Zoe

● **1417** - W Sanoku odbył się ślub króla Władysława II Jagiełły z jego trzecią żoną Elżbietą z Pileckich.

● **1895** - Bolesław Prus ukończył pisanie powieści historycznej Faraon.

● **1952** - W Warszawie rozpoczęto budowę Pałacu Kultury i Nauki.

● **1962** - Brian Jones zamieścił ogłoszenie w czasopiśmie muzycznym „Jazz News” o naborze muzyków do nowo powstającego zespołu (późniejszego The Rolling Stones).

● **1974** - Otwarto port lotniczy w Gdańsku.

● **1989** - Szwedzka pisarka Astrid Lindgren otrzymała tytuł doktora honoris causa Uniwersytetu Warszawskiego.

● **2004** - Po raz pierwszy obchodzono Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej.

● **2006** - Założono Muzeum Historii Polski w Warszawie.

3 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Alodia, Diodor, Juwenalis, Leonia, Maura, Teodul i Wiola

● **1792** - Wmurtowano kamień węgielny pod budowę Świątyni Opatrzności Bożej w Warszawie.

● **1927** - Na antenie rozgłośni poznańskiej Polskiego Radia została wyemitowana po raz pierwszy w Polsce reklama radiowa.

● **1937** - Amerykańska pisarka Margaret Mitchell otrzymała Nagrodę Pulitzera za powieść Przeminęło z wiatrem.



FOT. WOJCIECH WOTNIEWICZ

● **1978** - Uruchomiono seryjną produkcję samochodu osobowego FSO Polonez.

● **1993** - Prezydent RP Lech Wałęsa nadał papieżowi Janowi Pawłowi II pierwszy po reaktywacji w 1992 roku Order Orła Białego.

4 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Florian, Gościwit, Gotard, Januarius, Kasjan, Leonida, Lucyla, Paulin, Pelagia, Tekla, Strzedziwoj, Sylwan i Wespazjan

● **1929** - Premiera pierwszego filmu dźwiękowego z udziałem duetu Flip i Flap Unaccustomed As We Are.

● **1932** - Skazany za oszustwa podatkowe Al Capone został przewieziony do ciężkiego więzienia federalnego w Atlancie.

● **1981** - Premiera komedii filmowej Miś w reżyserii Stanisława Barei.

5 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Eulogia, Eulogiusz, Gotard, Iryda, Jowinian, Maksym, Pius, Teodor, Zdzibor i Zdziebor

● **1829** - Otwarto Bibliotekę Raczyńskich w Poznaniu.

● **1921** - Coco Chanel wybrała, spośród próbek przygotowanych na jej zlecenie przez Ernesta Beaux, zapach perfum znanych do dziś jako Chanel No. 5.

● **1949** - Powstała Rada Europy.

6 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Domagniew, Edbert, Ewodia, Judyta, Jurand, Miłodrog, Placyd i Teodot

● **1170** - Książę Mieszko III Stary i biskup Radwan założyli przytułek dla wędrowców i pątników przy kościele św. Michała w Poznaniu.

● **1801** - W Wilnie otwarto Cmentarz Na Rossie.

● **1889** - W Paryżu rozpoczęła się Wystawa Światowa. Wybudowana z tej okazji wieża Eiffla została oficjalnie udostępniona publiczności.

● **2015** - Odsłonięto pomnik Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu.

● **1910** - Jerzy V został królem Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii i Irlandii.

● **2017** - W Brukseli otwarto Dom Historii Europejskiej.

7 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: August, Bogdała, Domicela, Domicjan, Flawia, Florian, Gizela, Ludomira i Wirginia

● **1859** - W Poznaniu odsłonięto pomnik Adama Mickiewicza.

● **1867** - Alfred Nobel otrzymał brytyjski patent na wynalazony w poprzednim roku dynamit.

● **1968** - W nocy z 6 na 7 maja nad Tatrąmi przetoczył się najsilniejszy odnotowany wiatr halny, osiągający prędkość około 300 km/h.

8 MAJA

Imieniny obchodzą m.in.: Achacjusz, Amat, Arseniusz, Bonifacy, Dezyderya, Dionizy, Heladia, Ida, Ulryka, i Wiron

● **1254** - Prawdopodobna data prawykonania hymnu Gaude Mater Polonia Wincentego z Kielcy.

● **1912** - Powstała amerykańska wytwórnia filmowa Paramount Pictures.

● **1953** - Biskupi polscy skierowali do rządu PRL list, który przeszedł do historii pod nazwą Non possumus (z łac. nie możemy).

● **1970** - Ukazał się ostatni album grupy The Beatles Let It Be.

● **2010** - Józef Kowalczyk został mianowany arcybiskupem metropolii gnieźnieńskiej i prymasem Polski.

Psychologia

Milena Kochanowska
m.kochanowska@glos.com

Choć wydawałoby się, że to optymiści tryskający radością i pozytywnie nastawieni do życia żyją dłużej, niektórzy uważają, że to mimo wszystko domena pesymistów. Wszak to oni przewidują różnorodne nieszczęścia, więc lepiej się przed nimi chronić, a i do lekarzy chodzą częściej z obawy o swoje zdrowie. Czy to jednak prawda? A może najlepiej byłoby, gdybyśmy, jak ta szklanka do połowy pełna i do połowy pusta, byli pół na pół optymistami i pesymistami? Mówi się nawet, że jak każde przeciwieństwo, optymista i pesymista znają się i uzupełniają i bez siebie żyć nie mogą. Na pewno różni ich podejście do świata i postrzeganie rzeczywistości. Ci pierwsi widzą przeważające albo wyłącznie jej pozytywne strony, a życie jawi im się jako bezgraniczne morze możliwości, ci drudzy skupiają się na negatywach i przeszkodach. Czy jednak na pewno tym pierwszym zawsze jest w życiu łatwiej i czy łatwiej nam z nimi? Od czego zależy nasze nastawienie do świata? Czy jako naród jesteśmy bardziej optymistami czy pesymistami?

To też pojęcia naukowe

Decyzją Francuskiej Akademii Nauk pojęcie optymizmu (z łac. optimum - najlepiej) uzyskało, w roku 1762, status pojęcia naukowego. Analogiczna sytuacja więcej niż sto lat później dotyczyła pojęcia pesymizmu (fr. pessimisme, łac. pessimus - najgorszy), tym razem działo się to w roku 1878. Oczywiście optymizm i pesymizm były również przedmiotem rozważań filozofów. Zajęli się nimi m.in. dwaj wielcy myśliciele; optymizmem - Gottfried Leibnitz na przełomie XVII i XVIII wieku, a tematyką pesymizmu w wieku XIX Artur Schopenhauer. W całej historii człowieka i myśli filozoficznej optymizm i pesymizm są jednak tak dawne, jak dawna jest historia myśli o naturze ludzkiego życia, o człowieku i jego losie.

Jak żyje się optymistom, a jak pesymistom?

Czy ci pierwsi z klucza mają łatwiej, bo są pozytywnie nastawieni do życia i większość porażek potrafią przekuć w sukces? Tak mniej więcej można by to ująć. Optymiści nie tylko pozytywnie postrzegają to, co dookoła, ale i to, co przed nimi. Nie tylko wierzą w swoje możliwości, ale też potrafią cieszyć się z sukcesów innych. Nie zniechęcają się porażką, bo następnym razem będzie lepiej. Nie odrzucają ich trudne zadanie, bo to tylko wyzwanie i a nuż się uda,

a poza tym takie doświadczenie także czegoś nas uczy. Co bardzo ważne, wiara w swoje możliwości dodaje im pewności siebie i ułatwia im podejmowanie życiowych decyzji. Czasem jednak wyznaczają sobie oni cele nierealne do spełnienia, a ich wizja przyszłości jest mocno wyidealizowana. Niepoprawni optymiści często też przeceniają swój potencjał i nie dostrzegają słabości. Podejmując decyzje na podstawie fałszywych danych, ponoszą konsekwencje złych wyborów. Potrafią jednak przyznać się do błędów, nie chowają zbyt długo urazy. Osoby takie postrzegane są zwykle jako towarzyskie i życzliwe. Ich poczucie humoru i okazywanie radości sprawia, że chętnie chcemy mieć je obok siebie, choć pesymistom i realistom nieraz wydają się nazbyt wesołkowate i lekkomyślne. Oskarżają ich oni o nadmierną pewność siebie, życie złudzeniami i patrzenie na wszystko przez różowe okulary.

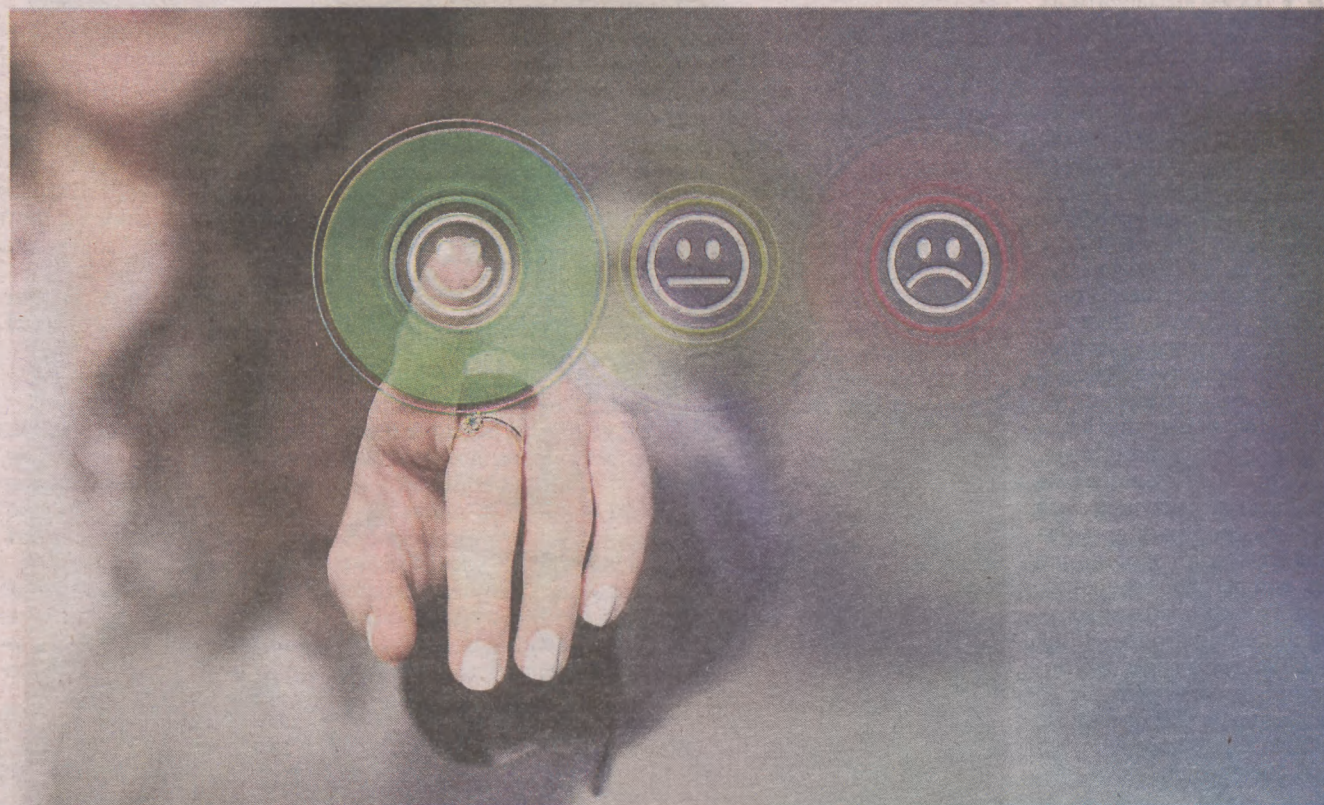
Pesymiści ze swoimi lękami i obawami zazwyczaj mają obniżoną samoocenę, są bardziej bezradni i zamknięci w sobie. Trudno z nimi na dłuższą metę obcować, bo w przeciwieństwie do optymistów, którzy mogą zarazić nas humorem i odwagą, wpływają na nas negatywnie, widząc wszystko w czarnych barwach i wiecznie szukając dziury w całym. Niestety więc, częściej skazani są na towarzyski ostracyzm i osamotnienie, co może pociągać za sobą dalsze problemy. Co gorsza, wizja pesymistyczna, postrzeganie sytuacji życiowych w kategoriach nieuchronnych zagrożeń, konfliktów i katastrof, staje się nieraz, zdaniem specjalistów, samospełniającym się proroctwem. Innymi słowy, oczekiwania negatywnych konsekwencji zdarzeń wpływają na nie w sposób, który powoduje ich spełnienie.

Optymizm wspomaga dobre zdrowie

Nie jest też prawdą, że pesymiści żyją dłużej z powodu swej ostrożności i lęku przed chorobami. Optymiści mający niższy poziom hormonów stresu są mniej podatni na depresję i choroby przewlekłe. Stres zawsze negatywnie wpływa na nasze zdrowie - zaburza pracę układu nerwowego, krwionośnego, odpornościowego i pokarmowego. Więcej radości to zaś więcej hormonów szczęścia - dopaminy czy serotoniny. Optymistyczne nastawienie pomaga także w rekonwalescencji i przebiegu procesu leczenia. Optymizm, poczucie humoru, śmiech potrzebne są nam w życiu i dla naszego zdrowia. Pogoda ducha pomaga przezwyciężyć lęk, ma też korzystny wpływ na odporność immunologiczną naszego organizmu, a wobec tego bardziej podatni na choroby są pesymiści.

Gdyby ktoś nas spytał, czy wolimy być optymistą, czy pesymistą, większość wybrałaby zapewne tę pierwszą opcję. A jednak pesymistów jest wielu. Czy mogą zmienić swoje nastawienie do świata?

CZY MOŻNA I CZY WARTO UCZYĆ SIĘ OPTYMIZMU?



Postawy optymistyczne są więc dla nas i naszego otoczenia zdecydowanie korzystniejsze, sprzyjają radości z życia, poczuciu celu, sensu życia, gotowości do podejmowania wyzwań i szukania zmian.

Dlaczego tacy jesteśmy?

Dlaczego w ogóle stajemy się optymistami lub pesymistami? Czy ma to związek z genami, czy bardziej z naszymi doświadczeniami życiowymi? Czy mamy wpływ na nasze podejście do rzeczywistości?

- Samo zjawisko pesymizmu i optymizmu jest wieloprzyczynowe - wyjaśnia Daniel Figel, psycholog z WSB w Gdańsku. - Skłonność do myślenia w określony sposób wynika z predyspozycji wrodzonych - kwestii genetycznych, układu nerwowego, temperamentu. Te czynniki decydują o tendencji do odczuwania dobrego samopoczucia.

Wpływ na nasz sposób myślenia ma również to, jak wychowali nas rodzice. Cechy charakteru zależą także od naszej gotowości do rozwoju osobistego w tym względzie i wysiłku włożonego w pracę nad sobą.

Chociaż więc udowodniono, że optymizm jest uwarunkowany genetycznie - niską ekspresją monoaminooksydazy, enzymu zlokalizowanego w tkance nerwowej, odpowiadającego za eliminację m.in. serotoniny czy adrenaliny, wiąże się z wyższym poziomem optymizmu i zadowolenia z życia, zdaniem wielu specjalistów optymizm można wytrenować, a trening postaw optymistycznych możemy rozpocząć w każdym wieku. Można to zrobić poprzez podjęcie terapii psychologicznej, na przykład w nurcie poznawczo-behawioralnym, ale kluczowa jest praca nad samym sobą - uważa ekspert. - Możemy też sięgnąć po książki opisujące spo-

soby na zmianę myślenia pesymistycznego na optymistyczny, na przykład po książkę Martina Seligmmana, uważanego za twórcę psychologii pozytywnej, pod tytułem „Optymizmu można się nauczyć”. Wszystko zależy od naszych aktualnych kompetencji i potrzeb rozwojowych. Na pewno warto pójść w tym kierunku, bo takie podejście pomaga nam w radzeniu sobie z wyzwaniami żywymi, nie tylko w pracy. Wysoki poziom optymizmu ułatwia radzenie sobie ze wszelkimi zmianami, dostrzeganie sensu życia nawet w bardzo trudnych chwilach, co przekłada się również na nasze zdrowie.

W europejskiej czołówce

A jak pod tym względem kształtują się postawy Polaków - czy wśród nas przeważają optymiści czy pesymiści?

- Postawy Polaków badała dr Agnieszka Czerw, a wyniki jej

badania, którymi objęła kilkadziesiąt osób z różnorodnych grup wiekowych, od 18 do 87 lat, pokazały, że wśród naszych rodaków dominują postawy optymistyczne - mówi Daniel Figel. - Z ubiegłorocznych badań Fundacji na rzecz Poprawy Warunków Życia i Pracy Eurofound wynika nawet, że Polacy są w czołówce najbardziej optymistycznych narodów w Unii Europejskiej. Zajęliśmy szóstą pozycję, wyprzedzając tym samym 21 innych państw UE. W pierwszej trójce znaleźli się Irlandczycy, Duńczycy i Maltańczycy. Największymi pesymistami okazali się Grecy, Francuzi, Belgowie oraz Włosi. Taka nasza rodzima skłonność do optymizmu oznacza chyba, że mamy do niego genetyczne predyspozycje. Być może w ostatnich latach, mimo wszelkich przeciwności, optymizm wynikał również z poprawy warunków materialnych i standardu życia.

Halina Kunicka

W życiu postawiła na miłość i dla niej wiele poświęciła

Mama namówiła ją na konkurs wokalny. Dzięki temu została jedną z największych gwiazd peerelowskiej estrady. Przez cztery dekady miała u boku ukochanego męża – Lucjana Kydryńskiego

Paweł Gzyl

pawel.gzyl@polskapress.pl

Choć jest już starszą panią, nadal nie chce udać się na emeryturę. Nic dziwnego – publiczność ją kocha i chętnie przychodzi na jej koncerty. Pandemia sprawiła jednak, że przez prawie dwa lata w ogóle nie występowała. Dlatego bardzo tęskniła się za spotkaniami z publicznością. Tym bardziej że nie cierpi samotności i bezczynności. Teraz wraca więc z koncertami i liczy, że tak jak zawsze natchną ją one pozytywną energią.

– Zazwyczaj śpiewam piosenki, które są znanymi i lubianymi przebojami, ale także te, których publiczność nie zna, ale też słucha ich z przyjemnością i bardzo się podobają. Spotkania z publicznością to albo mój pełen recital, albo spotkania, na których opowiadałam o sobie, swoim życiu, zawodzie. Bo tak mi się zdarzyło w życiu, że Kocham to, co robię – śpiewanie. To jest dla mnie bardzo ważne i daje mi nieustanny napęd – mówi w „Gazecie Seniora”.

Panienka z dobrego domu

Urodziła się we Lwowie tuż przed wybuchem wojny, ale niewiele stamtąd pamięta, bo ledwo przyszła na świat, a musiała zabierać się z mamą i uciekać do Polski. Taty niemal w ogóle nie poznała – jako zawodowy oficer zginął w pierwszych dniach wojennej zawieruchy. Dlatego całe jej życie to Warszawa. Mama wyszła tam drugi raz za mąż, a mała Halinka traktowała swego ojczyma jak rodzinnego ojca.

– Kiedy poszłam do szkoły, od razu zapisano mnie do 3 klasy, bo umiałam czytać, rachować. Byłam dzieckiem grzecznym, ułożonym. Nie chodziłam po drzewach, nie sprawiałam problemów, ot, taka panienka z dobrego domu. Maturę zdałam, mając 16 lat i wtedy ojciec, który był adwokatem, powiedział, że dobrze by było, by jego córka kontynuowała działalność prawni-



HALINA KUNICKA

Polska piosenkarka. Urodziła się w 1938 r. we Lwowie. Po wybuchu wojny matka wyjechała z nią do Polski. W 1943 r. zamieszkały w Warszawie. Tam ukończyła liceum ogólnokształcące i studia prawnicze. Jeszcze jako studentka wzięła udział w konkursie radiowym dla wokalistów-amatorów i wygrała kurs piosenkowski. W 1958 r. zaczęła występować w kabarecie Pineska, a rok później zadebiutowała jako solowa piosenkarka. Wielokrotnie śpiewała na festiwalach w Opolu i Sopocie. Wylansowała takie przeboje, jak „Orkiestry dęte”, „Od nocy do nocy”, „Niech no tylko zakwitną jabłonie”, „To były piękne dni” czy „Ach, panowie, panowie”. Jej płyty sprzedawały się w nakładzie ponad miliona egzemplarzy. Przez prawie 40 lat była żoną prezentera i dziennikarza Lucjana Kydryńskiego. Ma z nim syna Marcina, który jest radiowcem i podróżnikiem. Jego żoną jest ceniona wokalistka – Anna Maria Jopek.

Wszystko dla miłości

Kiedy Halina śpiewała w Pinesce, jej koledzy przygotowali dowcipny skecz parodiujący popularnego wówczas prezentera – Lucjana Kydryńskiego. Ten, kiedy się o tym dowiedział, przyjechał z Krakowa do Warszawy na występ kabaretu. Wtedy poznał młodą piosenkarkę. Zwrócił uwagę na jej wyjątkową urodę, ale nic więcej się nie wydarzyło. Halina z czasem wyfrunęła z kabaretu i zaczęła udaną karierę solową.

– W tamtych czasach nie było w muzyce wielkich zarobków, wspaniałych samochodów ani willi z basenem. Nawet o tym wszystkim nie marzyliśmy. Tamte czasy były dla mnie bardzo smutne, szare. Wiedziałam, że muszę w nich być, żyć i funkcjonować. Robić swoje bez względu na to, jak historia wokół nas się kształtuje. Wiedziałam, że mam po prostu śpiewać – opowiada w telewizyjnym programie „Uwaga”.

Sukcesy estradowe sprawiły, że Halina raz po raz mijala się z Kydryńskim. Początkowo oboje traktowali tę relację profesjonalnie, ponieważ oboje byli w innych związkach. Halina wyszła za mąż mając zaledwie 22 lata za syna swej wychowawczyni z liceum – wtedy studenta inżynierii. W pewnym momencie jednak między nią a Kydryńskim zaiskrzyło. Zakochani postanowili poświęcić wszystko dla tej miłości.

– Coraz częściej o nim myślałam. W pewnym momencie poczułam, że coś z tym trzeba zrobić. Że to początek jakiegoś innego życia. Ale jednocześnie byłam w związku małżeńskim, bardzo dobrym. Mój pierwszy mąż był nie tylko opiekuńczy, był niezwykle kulturalnym, inteligentnym, mądrym człowiekiem. Mimo to poświęciłam dom i małżeństwo, a przecież nie wiedziałam, jak nam z Lucjanem ułożyć się życie. Wtedy myślałam tylko o tym, by rzucić wszystko i z nim być – wspomina w tygodniku „Przebieg”.
FOT. ANDRZEJ BANAS

Zawsze po drodze

Mama piosenkarki była przeciwna jej związkowi z Kydryńskim, który miał wtedy opinię kobieciarza i bawidamka. Halina jednak posłuchała głosu serca. Zakochani wzięli cichy ślub w 1968 roku, a ich świadkami byli spikerka Edyta Wojtczak i piosenkarz Jerzy Połomski. Początkowo młodzi małżonkowie tułali się po wynajętych mieszkaniach, co utrudniał fakt, że niebawem na świecie pojawił się syn pary – Marcin.

– Moje życie z Lucjanem było prawdziwym, niewyobrażalnym szczęściem. Nam ze sobą było łatwo. To banalne stwierdzenie, ale jakże ważne jest to, żeby było nam zawsze po drodze. Oczywiście zdarzało się, że myśleliśmy inaczej. Ale nie było to nigdy powodem do scysji czy długotrwałych napięć. Oczywiście, były drobne utarczki. On był nieprawdopodobnym pedantem – śmieje się piosenkarka w rozmowie z „Vivą”.

Kydryński wywarł duży wpływ na karierę swej żony – to dzięki niemu sięgnęła ona po poważniejszy repertuar, śpiewając teksty takich tuzów, jak Agnieszka Osiecka, Wojciech Młynarski czy Ernest Bryll. Również syn pary związał swe życie z muzyką – został radiowcem (ale też podróżnikiem). Niestety, Kydryński zachorował na serce i mimo starań lekarzy zmarł w 2006 roku. Dzisiaj największą radością są dla wokalistki dwaj dorośli wnukowie – Franciszek i Stanisław.

– Wiem, że zawsze mogę na nich liczyć. Równocześnie mam świadomość, że młodzi żyją swoim życiem. Mają swoje sprawy, swoich kolegów i nie mogę wymagać nieustannej uwagi z ich strony. I tak ma być, to zwykła kolej rzeczy. Ale teraz spotykamy się bardzo często. Czasem idziemy gdzieś w trójkę i jest fantastycznie. Zazwyczaj coś zjeść. Mamy swoje ulubione restauracyjki, gdzie od czasu do czasu ich zabieram – zdradza w tygodniku „Świat i Ludzie”.

czą – opowiada w „Super Expressie”.

Muzyka była stale obecna w domu Haliny. Mama grała na fortepianie i śpiewała; chętnie słuchała też radia, zwłaszcza gdy prezentowała lwowskie lub wojskowe piosenki. Nic więc dziwnego, że dziewczynę od dziecka ciągnęło do mikrofonu. Kiedy była na trzecim

roku studiów, za namową mamy, zgłosiła się do radiowego konkursu dla wokalistów amatorów. Ku swemu zdziwieniu zajęła drugie miejsce.

– Konkurs odbył się w gmachu radia przy Myśliwieckiej. Wiele znanych później osób wzięło w nim udział: Sława Przybylska, Ludmiła Jakubczak, Hania Rek. A potem dla

laureatów radio zorganizowało studio piosenkarckie. Uczyliśmy się dykcji, solfeżu, nawet historii piosenki. I tam znaleźli mnie ludzie z kabaretu architektów Pineska, którzy potrzebowali do swojego programu młodej, w miarę ładnej śpiewającej dziewczyny – wspomina w „Super Expressie”.

Grillowanie



Przed sezonem grillowym warto poznać przepisy i zasady, które przy grillowaniu powinny obowiązywać

Milena Kochanowska

milena.kochanowska@polskapress.pl

Grillowanie jednym sprawią przyjemność, innym wręcz przeciwnie. Niestety, ci pierwsi nie zawsze liczą się z tym, że to, co oni bardzo lubią, może przeszkadzać innym. Ci drudzy więc, gdy tylko nastaje sezon grillowy, muszą pogodzić się z tym, że znów muszą go jakoś przetrwać. Przeszkadzać mogą zapachy czy dym z grilla, a także hałasy biesiadników, którzy dobrze się bawiąc, nie zważają za bardzo na sąsiadów.

Grillować trzeba też bezpiecznie, by nie spowodować pożaru, nie wszędzie więc jest to dozwolone.

Co przed majówką o grillowaniu warto wiedzieć?

Na balkonie

Czy jeżeli mieszkamy w bloku spółdzielczym, na swoim balkonie możemy sobie grillować, kiedy chcemy i nic nikomu do tego? Otóż nie. Istnieje bowiem zakaz używania otwartego ognia, rozpalania ognisk, korzystania z różni i grilla na balkonach, tarasach, lodżiach i w pomieszczeniach wspólnego użytku.

W spółdzielniach mieszkaniowych zakaz taki wynika najczęściej z regulaminu użytkowania budynków, uchwalonego przez rady nadzorcze spółdzielni. Za naruszenie tego zakazu zarządy spółdzielni mogą stosować karę upomnienia, a w razie uporczywego naruszania zakazu, członek spółdzielni może być nawet, na wniosek zarządu, pozba-

wiony członkostwa i wykluczony ze spółdzielni.

Wniosek o ukaranie mogą składać także sąsiedzi, którym przeszkadzają nieprzyjemne dla nich lub drażniące zapachy, o ile z grillującym lokatorem nie dojdą do porozumienia.

We wspólnotach mieszkaniowych zakaz ten może wynikać z regulaminu wspólnoty.

W ogrodzie i na tarasie

W ogrodzie czy na tarasie domu jednorodzinnego grillować możemy w zasadzie bez przeszkód, o ile nie zakłócamy porządku publicznego i spokoju sąsiadów.

Co więc robić, gdy mieszkamy w domu jednorodzinnym i sąsiedzi rozpalają grill w pobliżu płotu dzielącego nasze ogrody?

W swoim ogrodzie uprawiamy warzywa, rosną drzewa i krzewy owocowe. Wydobywający się z grilla dym i zapachy nie tylko powodują dyskomfort korzystania z ogrodu, mamy prawo obawiać się również, że owoce i warzywa poddawane działaniom dymu mogą asymilować różne związki chemiczne szkodliwe dla zdrowia. Lecz przecież sąsiedzi korzystają z grilla na swojej posesji. Czy istnieją ograniczenia zakazujące właścicielom nieruchomości działań, które zakłócają korzystanie z nieruchomości sąsiednich?

Zdaniem prawników tak. Przepisy zawarte w artykule 144 Kodeksu cywilnego nakazują bowiem właścicielowi nieruchomości powstrzymanie się od działań, które zakłócałyby korzystanie z nieruchomości

sąsiednich ponad przeciętną miarę, wynikającą ze społeczno-gospodarczego przeznaczenia nieruchomości i stosunków miejscowych. Nakaz obejmuje również obowiązek powstrzymania się od zakłóceń polegających na emisji dymu i innych zapachów powstających na przykład podczas grillowania, a przenikających w sposób naturalny na teren sąsiedniej posesji, uniemożliwiają normalny wypoczynek jej właścicielowi i jego bliskim.

Zdaniem specjalistów trudność może tu tylko stanowić prawidłowe ustalenie granicy pomiędzy dopuszczalnymi, a niedopuszczalnymi emisjami zakłócającymi korzystanie z nieruchomości sąsiedniej.

W razie przekroczenia tej granicy możemy żądać od sąsiada zaprzestania korzystania z grilla lub przeniesienia go po prostu w inne miejsce, oddalone od naszego płotu. Jeżeli zaś zakłócenia spowodowałyby jakąś szkodę, która jest do udowodnienia, możemy wystąpić do sądu o odszkodowanie na zasadach ogólnych.

W ogródku, parku czy w lesie

W ogrodach działkowych zasady grillowania ustala regulamin ogrodów.

W publicznych parkach rozpalić grill możemy tylko wtedy, gdy nie zakazuje tego regulamin parku. Najczęściej tam, gdzie jego zarządcy przygotowali miejsca na taki sprzęt oraz stoły i ławy do biesiadowania.

W każdym mieście wyznaczono specjalne miejsca do grillowania, najlepiej więc, jeśli wcześniej znajdziemy ich spis w internecie. Jeśli ktoś postanowi grillować poza miejscem do tego dozwolonym - musi liczyć się z możliwością mandatu nawet do 500 zł.

Na pewno nie powinniśmy grillować na polanie w lesie czy gdziekolwiek indziej na takim

terenach, bo mogłoby spowodować to pożar.

Zgodnie z artykułem 30. Ustawy o lasach na terenach leśnych, śródleśnych oraz w odległości do 100 metrów od granicy lasu nie wolno rozniecać ognia poza miejscami wyznaczonymi do tego celu przez właściciela lasu lub nadleśniczego.

Z artykułu 82, par. 3 Kodeksu Wykroczeń wynika zaś wyraźnie, że „Kto na terenie lasu, na terenach śródleśnych, na obszarze łąk, torfowisk i wrzosowisk, jak również w odległości do 100 m od nich roznieca ogień poza miejscami wyznaczonymi do tego celu albo pali tytoń, z wyjątkiem miejsc na drogach utwardzonych i miejsc wyznaczonych do pobytu ludzi, podlega karze aresztu, grzywny albo karze nagany”. Kara, jaką możemy zapłacić za rozpalenie ogniska lub grilla w niedozwolonym miejscu w lesie może wynieść od 20 zł do nawet 5 tys. zł.

Stałe miejsca, gdzie wolno rozpałać ogniska i używać grilla, wyznacza nadleśniczy, na przykład przy miejscach biwakowania, obiektach turystycznych i edukacyjnych, stanicach turystycznych lub harcerskich. Oczywiście i tam musimy zachować ostrożność i dokładnie po sobie posprzątać.

Przed wyjazdem do lasu zawsze upewnijmy się też, czy nie ma w tym czasie zakazu wstępu do niego. Z powodu suszy takie zakazy nieraz są wprowadzane. Może nie w czasie majówki, ale przecież jeszcze cały długi sezon grillowy przed nami.

Bez alkoholu

Pamiętajmy również o tym, że zgodnie z Ustawą o wychowaniu w trzeźwości, rozpalając grill w parku i przy nim biesiadując, nie możemy spożywać alkoholu, bo grozi za to mandat w kwocie 100 zł.



Nawet grillując we własnym ogrodzie, upewnijmy się, że to nikomu nie przeszkadza i róbmy to z dala od płotu sąsiada

W kuchni

Sezon grillowy czas znów rozpocząć

Na grillu możemy przyrządzić większość warzyw. Staną się one odrębnym daniem lub zdrowym dodatkiem do mięsa lub ryby, które też, odpowiednio doprawione, są nie lada grillowym przysmakiem

Prócz grillowanej papryki, bakłażana, patisona czy cukinii grilować możemy także brokuły, kalafiora czy kukurydzę. Ciekawym pomysłem jest bób z grilla. Zielone strączki myjemy dokładnie i opiekamy na grillu po kilka minut z każdej strony. Wyjmujemy ziarenka, przygotowujemy solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem, możemy też obsypać je wiórkami sera żółtego i dodać kilka kropli octu balsamicznego lub klasycznego sosu winegret. W ten sposób przyrządzony bób może być podawany jako przystawka lub stanowić dopełnienie dań rybnych. Podobnie jak bób można przygotować groszek cukrowy. Posypyany listkami świeżej mięty lub bazylii będzie doskonałym dodatkiem do grillowanego kurczaka.

Nie każdy też wie, że grilować można buraki. Plastry tego warzywa marynujemy w occie balsamicznym z czosnkiem, rozmarynem, chilli, bazylią, szalwią, tymiankiem i majerankiem, a potem grillujemy. Paprykę czy cukinię, możemy grilować same, nadziewane farszami lub pokrojone w plastry, które stanowią później składnik szaszłyków.

Dodatkiem warzywnym na grilla, który lubi większość z nas, są ziemniaki. Wystarczy

doprawić je przyprawami i upiec. Czosnek, świeży tymianek, cebulę, koperek i pieprz mieszamy z łyżeczką miękkiego masła, którym wypełniamy niewielkie nacięcia. Ci, którzy wolą bardziej pikantne danie, mogą dodać jeszcze chilli. Całość zawijamy w folię aluminiową i kładziemy na ruszt.

GRILLOWANA CUKINIA I BAKŁAŻAN

cukinia, bakłażan, oliwa z oliwek (3 łyżki), sól i pieprz do smaku

Cukinię i bakłażana pokrój w plastry o długości 1 cm, posól i pozostaw na 30 minut. Po tym czasie wytrzyj je ręcznikiem jednorazowym, ułóż na rozgrzanym ruszcie i skrop oliwą. Grilluj 10-15 minut. Przypraw solą i pieprzem.

GRILLOWANE PAPRYKI Z PIKANTNYM FARSZEM

3 świeże papryki kolorowe, 600 g mielonej baraniny lub innego mięsa, 1,5 łyżeczki płatków chilli, 2 gałązki świeżego rozmarynu, 300 g sera żółtego, sól

Paprykę umyć, przekroić wzdłuż na pół i wydrążyć gniazda nasienne. Ser żółty zetrzeć na tarce o grubych oczkach i połowę wymieszać z mięsem. Dodać również posiekany rozmaryn, płatki chilli,

sól i całość wymieszać. Tak przygotowanym farszem luźno wypełnić połówki papryk. Posypać pozostałym serem i grilować pod przykryciem. (www.msm-monki.pl)

SALATKA Z GRILLOWANYCH WARZYW Z SEREM FETA

bakłażan, cukinia, papryka, 6 pieczarek, czerwona cebula, 4 łyżki oliwy, łyżka soku z cytryny, pieprz, sól, pół pęczka posiekanej pietruszki i pół pęczka posiekanej bazylii, 200 g sera feta

Pokrojone (na plastry i ćwiartki) warzywa wkładamy do sporej miski. Oliwę z solą, pieprzem i sokiem z cytryny łączymy i mieszamy z warzywami. Kładziemy je partiami na grillu lub patelni grillowej i obsmażamy z obu stron. Zgrillowane układamy na półmisku, posypujemy pokruszonym serem feta i posypujemy zieleniną. (kuchniadidla.pl)

PIECZARKI Z KOZIM SEREM

5 dużych pieczarek, 70 g sera koziego twarogowego, 100 g papryki świeżej, starty ząbek czosnku, bazylii, pieprz

Nóżki pieczarek siekamy, ser kozi kroimy w drobne kostki i mieszamy z czosnkiem, bazylią i pieprzem. Masą wypeł-

niamy kapelusze pieczarek. Grillujemy około 10 minut.

PIECZARKI NADZIEWANE MOZZARELLA

1/2 kg dużych pieczarek, kilka łyżek oliwy z oliwek, 2 starte ząbki czosnku, 100 g suszonych pomidorów, 100 g pesto bazyliowego, sól, pieprz, 3 kulki sera mozzarella

Oliwę mieszamy z czosnkiem i smarujemy nią pieczarkowe kapelusze. Mozzarellę ścieramy na tarce i posypujemy jej częścią wnętrza kapeluszy. Do środka wkładamy suszonego pomidora, pół łyżeczki pesto, przykrywamy mozzarellą, znowu pesto i pomidor suszony. Grillujemy 10-15 minut do momentu rozpuszczenia się sera.

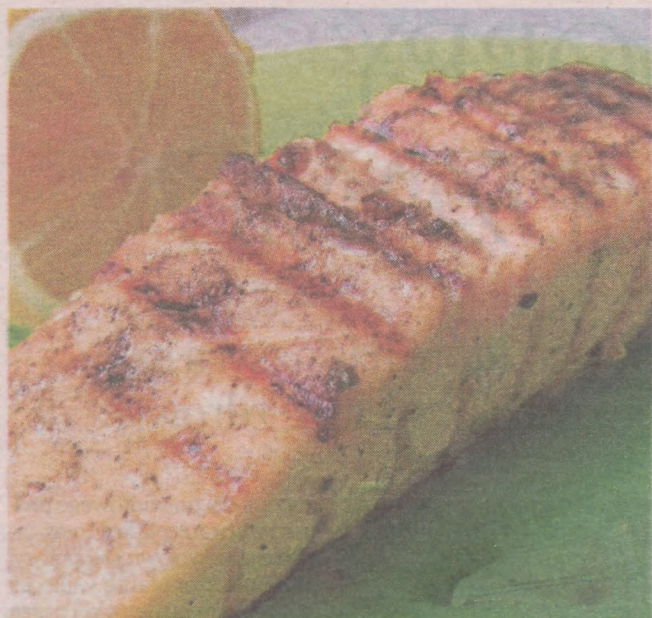
PIECZARKI NADZIEWANE BOCZKIEM

1/2 kg pieczarek dużych, 100 g świeżych liści szpinaku, 100 g boczku, 1 cebula, 2 łyżki oleju, 1 ząbek czosnku, 100 g sera żółtego startego na grubych oczkach

Pieczarki myjemy, odcinamy ich nożki, zostawiając tylko kapelusze. Boczek, cebulę, czosnek i nożki z pieczarek kroimy w kostkę, smażymy na oleju. Dodajemy do nich ser i posiekane liście szpinaku. Kapelusze nadziewamy farszem, grillujemy 10 minut. (www.dwor-kozona.pl, www.commlplace.pl x3)



W kuchni



GRILLOWANY ŁOSOŚ Z WARZYWAMI I KASZĄ KUSKUS

200 g kaszy kuskus, 1 kg łososa (filet), 2 średnie bakłażany, 2 papryki, olej, oliwa, świeży tymianek (3-4 łyżki), 2 ząbki czosnku, sól, pieprz, 200 g hummusu, 1 cytryna, sól, pieprz, 1 łyżka pieprzu czerwonego w całości

Rybę umyj, pokrój, usuń ości. Wymieszaj 2 łyżki tymianku, 1 starty ząbek czosnku, 2 łyżki oleju, sól, pieprz i łyżkę soku z cytryny - odstaw na 5 minut, a potem natrzyj tym rybę. Odstaw na 10 minut. Bakłażana pokrój w plastry, paprykę w grubsze części. Rozgrzany ruszt grilla lub patelnię grillową posmaruj olejem lub wyłóż folią. Ułóż rybę, a po 2 minutach warzywa. Grilluj na niewielkim ogniu, po ok. 5-7 minut z każdej strony. W tym czasie ugotuj kaszę i połącz ją z 2 łyżkami oliwy, otartą skórką z cytryny (ok. 1 łyżeczka), drobno pokrojoną resztą czosnku i resztą tymianku. Wymieszaj i odstaw w ciepłe miejsce. Rybę oraz warzywa podawaj z kaszą, hummusem, częstkami cytryny i pokrojonym tymiankiem. (www.halina.eu)

GRILLOWANA MAKRELA W OSTREJ MARYNACIE

filet z makreli ze skórą 2 szt., miękkie masło 100 g, ostra papryczka, 2 ząbki czosnku, świeża kolendra - kilka gałązek, sól, pieprz, słodka papryka

Filety z makreli myjemy i osuszamy. Pozbawioną pestek ostrą papryczkę, czosnek i kolendrę drobno siekamy. Mieszamy z miękkim masłem, solą, pieprzem i 2 łyżkami słodkiej papryki. Filety smarujemy dokładnie przygotowanym masłem, odstawiamy na kilka minut. Grillujemy na rozgrzanym ruszcie po kilka minut z każdej strony, aż ryba będzie sprężysta i upieczona, a skórka chrupiąca. Podajemy z grillowanymi warzywami. (kuchnialidla.pl)

SALATKA Z GRILLOWANYMI KREWETKAMI

salata lodowa, krewetki tygrysie 250 g, pomidorki koktajlowe 150 g, olej rzepakowy tłoczony na zimno 3 łyżki, woda 50 ml i cukier 1 płaska łyżka, czosnek 1 ząbek, sos rybny 1 łyżka, sok z limonki 1 łyżka, sos sojowy jasny



2 łyżki, papryczka chilli, imbir 1 cm, sól, chleb tostowy 4 kromki, parmezan 30 g

Krewetki przyprawić solą i pieprzem, skropić odrobiną oleju. Wrzucić na rozgrzany ruszt i krótko zgrillować z obu stron. Zagotować wodę z cukrem, wystudzić, dodać przeciśnięty przez praskę czosnek, sos sojowy, sos rybny, sok z limonki, starty imbir i posiekaną papryczkę chilli. Salatę lodową porwać na mniejsze kawałki, dodać krewetki, pokrojone na pół pomidorki koktajlowe i połączyć powstałym sosem. Kromki chleba tostowego pokroić w kostkę i zrumienić na suchej patelni. Tuż przed podaniem salatkę posypać startym parmezanem i złotymi grzankami. (www.danecake.pl)

SALATKA Z GRILLOWANYM KURCZAKIEM
mix salat, 50 g sera żółtego, 1 pomidor, 4 rzodkiewki, mała czerwona cebula, 150 g piersi z kurczaka, szczypta papryki, pieprz, sól

Salatę, pomidora i rzodkiewki umyć. Pomidora pokroić w ósemki, rzodkiewkę w pla-

sterki, a cebulę w krążki. Piersi z kurczaka umyć, osuszyć, pokroić w paseczki i posypać papryką, solą oraz pieprzem. Rozgrzać grill i upiec mięso. Na talerzu ułożyć salatkę, pomidora, rzodkiewkę i cebulę oraz zgrillowane mięso z kurczaka. Ser zetrzeć na tarce i posypać salatkę. (www.msm-monki.pl)

ROLADKI Z KISZKI ZIEMNIACZANEJ
1 opakowanie kiszek ziemniaczanej (ok. 0,7 kg), 1 nieduża główka kapusty włoskiej, 8 lub 16 węższych plasterków wędzonego boczku, małe opakowanie śmietany 18%, pęczek szczypiorku, olej, sól i pieprz

Kiszkę ziemniaczaną wyciągamy z osłonki, z kapusty wycinamy głąb i ściągamy liście, blanszujemy przez 3 minuty. Śmietanę doprawiamy solą i pieprzem i dodajemy posiekany szczypiorek. Kiszkę owijamy dwoma liśćmi kapusty i zawijamy plastrem boczku lub dwoma. Zabezpieczamy wykałczkami, żeby boczek się nie rozwinął i grillujemy przez 15-20 minut, często przewracając. Podajemy ze śmietaną.



ZIEMNIANKI A LA HASSELBACK Z KIELBASĄ

4 duże ziemniaki, 2 kielbasy, 1 ząbek czosnku, świeży majeranek, olej, sól i pieprz

Ziemniaki obieramy i nacinamy prawie do końca. Uwaga: jednak, aby nie przekroić ich na pół. Kielbasę kroimy w plasterki. Z majeranku odrywamy listki. Czosnek kroimy w cienkie plasterki. W szczeliny w ziemniakach wciskamy kielbasę, majeranek i co parę szczelinek czosnek. Całość skrapiamy olejem i doprawiamy solą i pieprzem. Pieczemy na grillu w glinianym naczyniu aż będą ładnie zarumienione i miękkie w środku.

GRILLOWANA KISZKA

kiszka ziemniaczana, szparagi, biała cebula, bakłażan

Kiszkę grillujemy na tacce do grillowania. Przed pieczeniem powinniśmy ją nakłuć w kilku miejscach wykałczką, by w trakcie pieczenia nie popękała. Co jakiś czas powinniśmy delikatnie ją obracać. Następnie dodajemy krążki cebuli, plastry bakłażana i szparagi. Całość grillujemy aż się przyrumieni. (www.pekpol.p.x4l)

GRILLOWANA KARKÓWKA

karkówka (ok. 1 kg), 1 papryka, 1 cukinia, 1 czerwona cebula, 8 zielonych szparagów, 4 ziemniaki, 2 ząbki czosnku, natka pietruszki, 2 łyżeczki świeżego tymianku i rozmarynu, 2 łyżki natki pietruszki, pół kostki masła, 1/4 białej kapusty, 1 marchewka, 1 cebula, garść szpinaku, 200 ml jogurtu, 2 łyżki soku z cytryny, 1 łyżka miodu, 4 łyżki oliwy, sól, pieprz

Ziemniaki gotujemy na półtwardo. Cebulę obieramy i razem z cukinią kroimy na plastry. Paprykę kroimy na 4 części. Czosnek i zioła siekamy. Połowę ziół i połowę czosnku mieszamy z oliwą. Wszystkie warzywa, poza ziemniakami umieszczamy w misce i dodajemy oliwę z ziołami. Doprawiamy. Miękkie masło mieszamy z pozostałym czosnkiem i ziołami. Doprawiamy i schładzamy co najmniej 30 min. Kapustę siekamy, marchewkę trzemy, cebulę i szpinak siekamy. Z jogurtu, cytryny i miodu przygotowujemy dressing. Mieszamy warzywa, dressing i natkę pietruszki. Karkówkę i warzywa grillujemy około 20 minut. (www.pekpol.p.x4l)



Zdrowe owoce

ANANAS - OWOC DOBRY NIE TYLKO NA ODCHUDZANIE

Soczyste i orzeźwiające o lekko cierpkim smaku. Wytrawne owoce, które nas nasycą, a przy okazji dostarczą nam mnóstwa witamin i związków wspomagających nasze zdrowie

Milena Kochanowska
m.kochanowska@glos.com

Ananas pochodzi z Ameryki Południowej. Jego nazwa utworzona została od nazwy tych roślin w językach tupi (nana). Choć Europejczyki żeglarze zetknęli się z tymi owocami podczas swoich wypraw prawdopodobnie już w XVI wieku, sprowadzenie ich do Europy i uprawianie ich tu, z powodu nieodpowiedniego klimatu, okazało się niemożliwe. A jednak w Wielkiej Brytanii w szklarniach uprawiany zaczął być od początku XVIII wieku. Obecnie do głównych producentów tych owoców należą Hawaje, Brazylia, Meksyk i Filipiny. Ananasy najchętniej kupujemy niestety w puszkach lub pod postacią soku. Choć i tak przetworzone owoce zachowują część swoich właściwości, najzdrowsze są jednak te świeże. Amatorzy ich smaku powinni się cieszyć, bo wyjątkowo dobrze działają one na nasz organizm

Wspomaga walkę z cellulitem

Świeży owoc i niekonserwowany sok są bogate w cenne składniki odżywcze, a przy tym mają niewiele kalorii. Dwa plastry świeżego ananasa to tylko około 80 kcal. Owoce dostarcza sporo błonnika, który, pęczniąc w żołądku, tłumi uczucie głodu. Solidny plaster ananasa zawiera ok. 30 mg witaminy C, czyli prawie



Świeże ananasy, bo takie są najzdrowsze i najsmaczniejsze, kupimy niemal w każdym markecie

połowę zalecanej dziennej dawki, a także witaminy A, B, PP, wapń, związki miedzi i potasu oraz unikalny zestaw enzymów i kwasów owocowych, które przyspieszają spalanie tłuszczu.

Najważniejsza jest jednak bromelina - enzym rozkładający białko i ułatwiający trawienie. Owoce te powinny więc jeść zwłaszcza osoby cierpiące na nie-

strawności i słabe wydzielanie soków trawiennych. Dzięki zawartości bromeliny ananas pomoże nam również utrzymać linię i zwalczyć nadwagę. Ma też mnóstwo błonnika potrzebnego do prawidłowej, szybkiej przemiany materii. Zawiera dużo wody i pobudza organizm do usuwania toksyn. Dlatego może być również naszym przy-

mierzeńcem w walce z cellulitem. Ze względu na dużą zawartość witaminy C sok wspomaga natomiast leczenie szkorbutu.

Zapobiegawczo w osteoporozie

Ananasy poprawiają też funkcjonowanie nerek, pracę wątroby, serca i naczyń wieńcowych. Mają także działanie prze-

ciwzapalne i likwidujące obrzęki. Okłady ze świeżych kawałków owocu wspomagają gojenie się stłuczeń, redukują opuchlizny.

Ananas zawiera również mangan. Pierwiastek ten odgrywa ważną rolę w procesach prawidłowego rozwoju komórek naszego ciała i właściwego działania witaminy B1. Mangan razem z żelazem i miedzią jest nie-

zbędny dla prawidłowego procesu wytwarzania krwi oraz zapobiega rozwojowi osteoporozy. Tiamina, która także wchodzi w skład owocu, uspokoi nasze nerwy i wyrówna rytm serca - z tego względu ananasy polecane są też przy zwiększonym stresie i wysiłku fizycznym.

Dla nich niepolecany

Zdecydowanie nie powinny jeść ananasów jedynie osoby cierpiące na chorobę wrzodową żołądka i dwunastnicy oraz na nadkwaśność, a także kobiety w ciąży. Uwaga alergicy! Ze względu na zawartość bromeliny, ananas może być alergizujący.

Domowe maseczki

Ananasy zaczęto także używać do produkcji niektórych preparatów odchudzających i kremów przeciwko cellulitowi. W domu, z jego owoców - miąższu lub soku, możemy robić sobie okłady na twarz (działanie rozjaśniające) i dekolt. Można też przygotować z nich maseczki przy wypryskach skórnych i trądziku młodzieńczym.

Jaki owoc kupić?

Dojrzały może być nawet miejscami zielonawy. Znaczący twierdzą, że najważniejsze jest, by słodko pachniał, a jego liście powinny być świeże i soczyste, tak by można je było łatwo odebrać. Po kupieniu zostawmy go jeszcze w temperaturze pokojowej na 2-3 dni, a będzie bardziej słodki.



Po kupieniu trzymajmy owoc co najmniej 2-3 dni w temperaturze pokojowej, a będzie bardziej dojrzały



Bardzo zdrowy jest sok z ananasa, ale nie ten z kartonu, lecz ten wyciśnięty ze świeżego owocu



Ananas można dodawać do śniadaniowej owsianki, ale jest on również doskonałym dodatkiem do mięs

Nasi sprzymierzeńcy

Nietoperze to nasi skrzydlaci niezwykle pożyteczni sąsiedzi

Nie znamy ich, ale i tak nie bardzo je lubimy. Może więc jednak warto wiedzieć o nich więcej i się do nich przekonać? W końcu nie tylko ludzi nie wolno oceniać tylko po wyglądzie i krążących o nich opowieściach

Milena Kochanowska
m.kochanowska@glos.com

Przez większość z nas nie są za bardzo lubiane. Jedni podchodzą do nich z dystansem, bo im się nie podobają z wyglądu, inni zwyczajnie się ich boją, przeważnie z powodu wielu niedorzecznych historii i wymysłów na ich temat. Również i dziś, niestety, nie brakuje takich, którzy opowiadają, że nietoperze wplątują się we włosy albo... wysysają krew.

- Oczywiście, nietoperze nie wplątują się we włosy - mówi Katarzyna Syczz Sekcji Teriologicznej Koła Leśników UPP. - Mit ten wywodzi się zapewne z historyjek opowiadanych pannom, by zniechęcić je do wieczornych potajemnych schadzek. Ssaki te posługują się echolokacją, dzięki której świetnie orientują się w otaczającej przestrzeni. Nasza głowa, niezależnie od bujności fryzury lub jej braku, jest dla nich przeszkodą, którą są w stanie szybko wychwycić.

Mechanizm echolokacji polega na tym, że zwierzę wysyła sygnały dźwiękowe o wysokiej częstotliwości, a zaraz potem analizuje powracające echa. W ten sposób w pewnym sensie słyszy najbliższe otoczenie i cały świat. Nie oznacza to jednak, że nietoperze są ślepe. Oczywiście są najczęściej małe, ale w pełni rozwinięte. Wiele gatunków tropikalnych posługuje się głównie wzrokiem i ma duże, a nawet bardzo duże w stosunku do ich wielkości oczy.

- Polskie nietoperze nie piją też krwi - dodaje Wojciech Olma z tej samej sekcji KL UPP. - Na świecie są gatunki, tak zwane wampiry, które odżywiają się wyłącznie krwią innych zwierząt. Występują jednak głównie w Ameryce Południowej, więc w naszej szerokości geograficznej jesteśmy bezpieczni. Warto również wiedzieć, że nietoperze nie są dla nas żadnym zagrożeniem, lecz rzecz jasna, jak każde zwierzę,



Samice nietoperzy rodzą przeważnie jedno młode, które zaraz po narodzinach przyczepia się do ciała matki i przez kilka tygodni żywi się jej mlekiem

potrafią się bronić. Ugryzienie tych ssaków nie wyrządzi nam dużych obrażeń, ale unikajmy dotykania ich gołą ręką.

Nasze rodzime gatunki nietoperzy są owadożerne, natomiast na świecie możemy spotkać gatunki odżywiające się nektarem roślin, owocami, krwią, a nawet rybami. Co nas powinno szczególnie zainteresować, zwłaszcza w sezonie letnim, to to, że jeden nietoperz potrafi zjeść około 3000 komarów dziennie! Jak najbardziej więc mamy za co być mu wdzięczni.

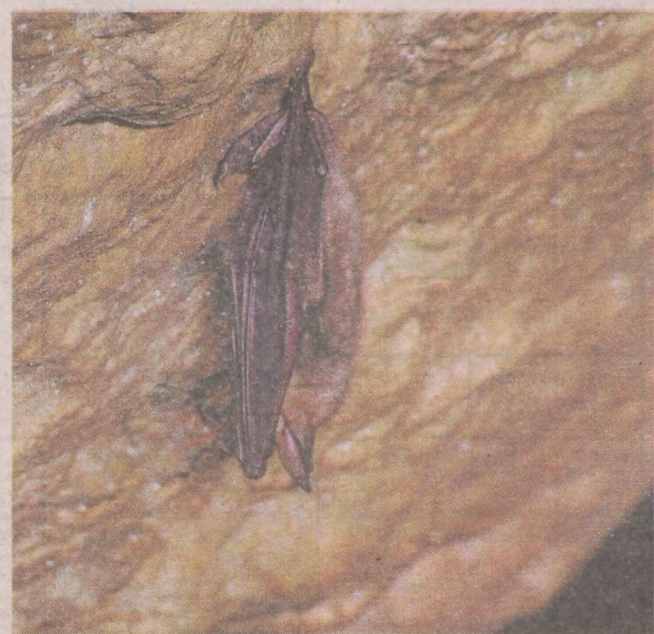
Nietoperze to nie tylko nieszkodliwe, ale nawet bardzo po-

żyteczne zwierzęta i pożądanymi sąsiedzi. Regulują one również populacje innych owadów i często dzięki nim oszczędzamy miliony złotych, które wydaliłbyśmy na środki ochrony roślin. Te mieszkające w winnych rejonach świata i odżywiające się nektarem zapylają wiele gatunków roślin. Co ciekawe, agawa, którą wykorzystuje się do produkcji tequili, zapylana jest jedynie przez nietoperze. Z kolei owadożerne gatunki przyczyniają się do odnowienia lasów tropikalnych.

Oprócz ich specyficznego wyglądu, najczęściej dziwi nas jeszcze to, że zwierzęta te śpią

zwisając głowę w dół. Nie jest to jednak nic zdumiewającego, bo z uwagi na to, że ich przednie kończyny przekształcone są w skrzydła i służą do lotu, jedyną opcją zawisnięcia na przykład na przykład za jakiś wygodny występ skalny czy gałąź tylnymi łapkami. Ta pozycja jest dla nich bardzo wygodna, bo dzięki specjalnym blokadom w stawach zwisanie głową w dół nie wymaga od tych zwierząt żadnego nakładu energii czy wysiłku.

Dzieje się tak niezbyt często, ale warto wiedzieć, co robić, gdy nietoperz przez przypadek wleci nam do mieszkania. Specjaliści



Ta pozycja jest dla nich bardzo wygodna, bo zwisanie głową w dół nie wymaga od tych zwierząt żadnego wysiłku



Idealna kryjówka nietoperzy musi mieć odpowiednią temperaturę i miejsce do zaczepienia pazurków

radzą, byśmy wtedy otworzyli okno, zgasili światło i poczekali aż zwierzę odnajdzie drogę. Jeśli nietoperz usiadł na ścianie, firance czy szafie, możemy bardzo delikatnie nałożyć na niego otwarte pudełko, podłożyć pokrywkę i tak zabezpieczonego wynieść na zewnątrz i wypuścić. Wcześniej ubierzmy jednak grubsze rękawice.

Te latające ssaki przez wieki nie cieszyły się dobrą sławą. Starożytni Majowie czcili m.in. boga nietoperza o imieniu „Zotz”, okrutnego władcę podziemnej krainy zmarłych. W środkowej Afryce wierzono, że na nietoperzach latają cza-

rownice. Słowianie powszechnie uważali, że latające nad domem nietoperze zwiastują nieszczęście.

Na szczęście są jednak kultury, w których zwierzęta te postrzegane są wyłącznie pozytywnie i darzone są szacunkiem - w Chinach na przykład nietoperz od wieków był symbolem szczęścia.

Nawet jeśli my tak nie będziemy go kojarzyć, chrońmy nietoperze, nie niszczy my ich siedlisk i nie obawiajmy się ich, bo jak widzimy, są dla człowieka niezwykle pożyteczne i w żaden sposób nam nie szkodzą ani nie zagrażają.

Powiedzieli...

NIE MOŻNA ROZPAMIĘTYWAĆ ZBYTNIO ANI SUKCESU, ANI PORAŻKI. TRZEBA DĄŻYĆ DO RÓWNOWAGI I CIĘŻKO PRACOWAĆ (...) A O RODZINĘ DBAĆ SZCZEGÓLNICIE, BO ONA DAJE CZŁOWIEKOWI SKRZYDŁA

Antoni Piechniczek, piłkarz, trener piłkarski, szkoleniowiec reprezentacji Polski (*Polskie Radio*)



FOT. MARZENA BUIGAŁA-AZARKO

Krzyżówka panoramiczna

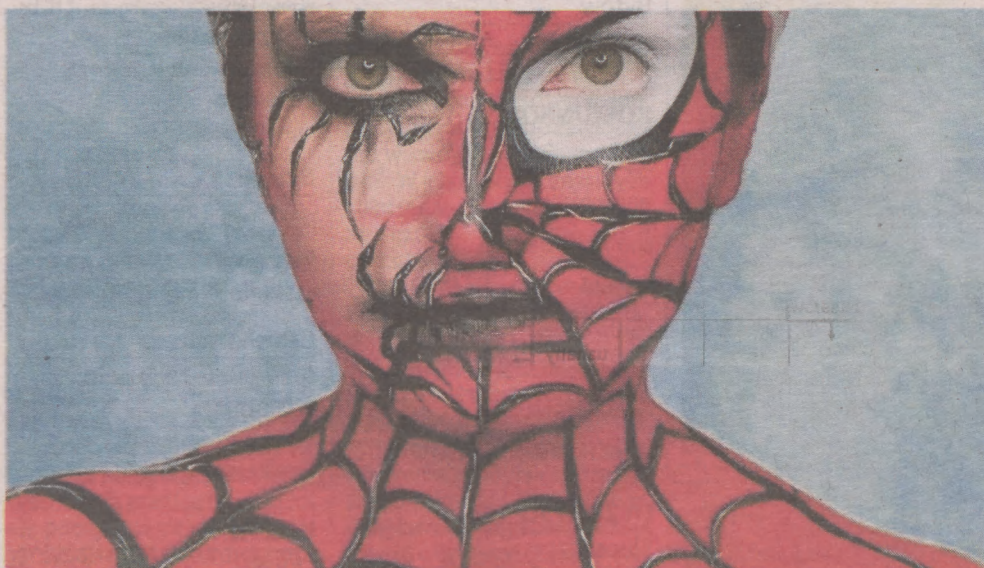
[illegible]

Stavimik: bulainole Onon strak tremor

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 21 utworzą rozwiązanie – myśl Antoniego Regulskiego.

ROZWIĄZANIE: SEN JEST PRZYKUTY DO ŁOŻA.

Makijażystka potrafi wyczarować bajkowe wzory na twarzach



Maska Spidermena to jeden z najchętniej wykorzystywanych motywów

Sara Watrak
sara.watrak@polskapress.pl

Joanna Kozłowska to makijażystka z Torunia, która na twarzy wykonuje dzieła sztuki. I nie chodzi tylko o make-up. Torunianka zajmuje się także facepaintingiem, czyli malowaniem twarzy.

Fascynacja wizażem i malowaniem twarzy pojawiła się w życiu Joanny Kozłowskiej wiele lat temu. Sama przyznaje, że trudno jej stwierdzić, co było pierwsze.

- Wydaje mi się, że obie te pasje pojawiły się w podobnym czasie, jednak wizaż jako pierwszy stał się moją pracą. Facepainting na początku mojej drogi zawodowej był dla mnie trochę bardziej dodatkkiem, pewną odskocznią od makijażu. Z czasem jednak stał się dla mnie tak samo ważnym elementem mojej pracy, który pozwala mi na bardziej kreatywne i kolorowe działania - mówi pani Joanna.

Najpierw znajomi

Zaczynała od malowania siebie i znajomych na różne imprezy tematyczne i Halloweenowe.

- Pod koniec 2019 roku natrafiłam na zagraniczne strony osób, które zawodowo zajmują się facepaintingiem. Zafascynowana tą techniką zaczęłam szukać więcej informacji na jej temat i tak natrafiłam na grupę zrzeszającą polskich facepainterów. Dzięki nim poznałam konkretne techniki malowania, wiele informacji dotyczących sprzętu, który będzie bezpieczny dla dzieci oraz otrzymałam mnóstwo inspiracji.

Świat facepaintingu mnie pochłonął i tak już zostało - wspomina Joanna Kozłowska.

Pani Joanna na twarzach potrafi wyczarować bajeczne wzory, a także maski Spidermana, kościotrupa i wielu innych postaci. Maluje zarówno dorosłych, jak i dzieci - i wcale nie jest tak, że młodszych częściej!

- Myślę, że jest to podobna częstotliwość. W okresie letnim częściej maluję dzieci na różnych wydarzeniach, urodzinach czy też innych uroczystościach. Czasem kiedy dorośli chętnie korzystają z facepaintingu to zdecydowanie okres Halloween i tematyczne imprezy firmowe. Czasem zdarza się również tak, że jadę malować dzieci np. na wesele, a ostatecznie pomalowanych jest więcej osób dorosłych niż dzieci - mówi makijażystka.

Maluje również modelki do sesji zdjęciowych, a także dorosłych, którzy biorą udział w imprezach typu UV party. Co to takiego? To zabawy, podczas których towarzyszy nam światło UV i fluorescencyjne dodatki. Zwykle uczestnicy ubrani są w białe koszulki, a ich twarze i ciała pomalowane są specjalnymi farbami.

Nie tylko facepainting

Farby do facepaintingu różnią się od zwykłych farb.

- Są aktywowane wodą, zmywają się wodą z mydłem - mówi pani Joanna.

Ona sama przywiązuje dużą wagę do bezpiecznego malowania i używa tylko sprawdzonych i profesjonalnych marek, którymi można malować dzieci już od 3. roku życia. Farby muszą być dobrze napigmentowane, żeby umożliwiły wyko-

nanie precyzyjnych malunków.

- U żadnego facepaintera nigdy nie zobaczycie kredek do malowania twarzy, farb dostępnych w marketach czy też pędzli ze sklepu plastycznego - mówi artystka.

Czy pani Joanna poprzestanie na malowaniu twarzy? Ostatnio popularność zyskuje również body painting, czyli ozdabianie innych części ciała. Torunianka ma już na swoim koncie udział w projektach, w których swoją artystyczną wizję prezentowała nie tylko na twarzy. Podkreśla jednak, że na razie typowym body paintingiem się nie zajmuje, ale ma to w planach.

A co z pozostałymi dziedzinami sztuki? Makijażystka nie pozostaje przy ludzkim ciele! Czasami zdarza jej się wykonać jakiś rysunek albo malować akwarelami. Ostatnio wzięła udział w Cake Art Festival, wydarzeniu organizowanym przez Toruńską Agendę Kulturalną na zamku krzyżackim. Podczas imprezy twórcy, którzy na co dzień niewiele mają wspólnego z cukiernictwem, swoje artystyczne wizje prezentowali na tortach. Wśród uczestników była również Joanna Kozłowska. Swoją tort ozdobiła motywami z bajek: „Kopciuszek”, „Piękna i Bestia”, „Aladyn”, „Mała Syrenka”.

Makijażystka przekonuje, że udział w festiwalu to była dla niej wspaniała przygoda. Ale tym, co sprawia jej zdecydowanie największą radość, jest malowanie na ciele.

- Wtedy widzimy reakcje osoby malowanej i to jest w tej pracy najbardziej satysfakcjonujące - mówi pani Joanna.

©©

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

3-POK., 69,4m², Falata 601-513-375.

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie do remontu, 609-499-555.

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany, 609-499-555.

Handlowe

FILMY, MUZYKA

KUPIĘ PŁYTY GRAMOFONOWE 609 155 327

SPORT I REKREACJA

ROWERY używane tanio 508-436-420.

MATERIAŁY BUDOWLANE

ZWIROWANIA Koszalin sprzedaż, transport - piasek żwir 792669632

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

AUTO skup wszystkie 695-640-611

INNE

SKUP-AUT wszystkie, 534-983-031.

Praca

ZATRUDNIĘ

BUDOWLANIA do st.surowe, remonty, elewacje Koszalin 503-135-643

KIEROWCA kat. C, 792669632

MIESZKANIE na wsi za dozór gospodarczy, 506022528

NIEMCY: murarz, cieśla, malarz, elektryk, spawacz: 730-011-300.

POSZUKUJEMY pracowników do pracy dodatkowej. Więcej informacji pod nr. tel. 94 71 70 900 w godz. 9.30-16.

ZATRUDNIĘ operatora: koparko ładowarki, koparki, kierowcę wywrotki Tel: 608436216

ZATRUDNIMI malarzy, 792669632.

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 12
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń:
Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 12
Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03
Oddział Szczecin: ul. Nowy Rynek 3, 71-875 Szczecin, tel. 91 481 33 67, fax 91 433 48 60

REKLAMA

2410466280

ABAKUS

Aniela Barzycka - 22 lata na rynku

poszukujemy mieszkań 1,2-pokojowych
Przylesie, Na Skarpie, Nasz Dom

GOTÓWKA

ZADZWOŃ 661-841-555

ul. Zwycięstwa 143
661-841-555 (obok Związkowca)
www.abakus-nieruchomosci.pl



2 pok. balkon, rej. Na Skarpie
KLUCZE W BIURZE
do negocjacji 273 000,-



3 pok. loggia, ciepłociąg
z wyposażeniem, po remoncie
rej. Centrum 335 000,-



55 m², dwustronne, Zwycięstwa
0% PROWIZJI OD KUPUJĄCEGO
szybkie wydanie 338 000,-

ZESPÓŁ Szkół Centrum Kształcenia

Rolniczego im. W.Witosa

w Boninie zgłasza zapotrzebowanie

na pracowników: Nauczyciel

mechanizacji rolnictwa - do

przewodzenia zajęć teoretycznych

i praktycznych. Nauczyciel do

nauczania przedmiotów rolniczych.

Instruktor nauki jazdy kat. B i T.

Szczegółowe informacje pod nr.

tel.: 94 342 28 92,

w godz. od 8:00 do 14:00.

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-REMONTOWE

MALOWANIE domów, tynk-puc,

odświeżanie, elewacje 792669632

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

USŁ. łazienki, hydraulika 696498391.

INSTALACYJNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

OGRODNICZE

PODNOŚNIK ścinka drzew, czyść
zarośnięte działki, 792669632.

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE strychów, garaży,

piwnic, wywóz starych mebli oraz

gruzu w bigbagach, 607-703-135.

Turystyka

KRAJ - GÓRY

TYLICZ k/Krynicy G. od 90 zł/os.

w tym 2 posiłki. Promocja dla grup
seniorów. Pok. z łaz.+TV, parking
18/471-13-86

Różne

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

Towarzyskie

SŁODKA Asia, 663-092-135.

Rozpoczyna się majówka. Gdzie się wybrać w Słupsku?

Anna Czerny-Marecka
Słupsk

Tylko pogoda może nas zawieść w ten długi majowy weekend, bo ona zawsze niepełna. Pewne jest natomiast to, że czeka na nas sporo atrakcji. Początek już 30 kwietnia.

W sobotę, 30 kwietnia do Słupska zawitają na zlot miłośnicy gotowania „na czterech kółkach”. Na rodzinny piknik zapraszają food trucki. Kulinarne miasteczko stanie na Słupskich Bulwarach nad Słupią. Food trucki będą karmić mieszkańców aż przez cztery dni - do 3 maja. W piknikowej atmosferze będzie można spróbować dań z całego świata. Nie zabraknie więc kuchni orientalnej, bałkańskiej, śródziemnomorskiej, a także królujących na wszystkich eventach - amerykańskich burgerów i belgijskich frytek. Organizatorzy zapewnią także słodkie przekąski, kawę oraz zimne napoje. Wszystkie potrawy przygotowywane są ze świeżych, sezonowych produktów.

Również w sobotę, 30 kwietnia, Centrum Promocji Produktów Lokalnych w Kmiecie Słupskiej zaprasza na 4. edycję Bazaru Natury. Targowisko otwarte będzie w godz. 10-13. Na bazarze będzie możliwość nabycia: warzyw, owoców, serów wędzonych, ryb, naturalnych wędlin, pysznych prze-



FOT. LUKASZ CAPAR

Czarne Wesele w Klukach, to jedno z wydarzeń, które otwiera sezon imprez w regionie

tworów wykonanych z naturalnych produktów.

Natomiast w niedzielę, 1 maja w Klukach odbędzie się Czarne Wesele. Impreza potrwa od godziny 10 do 18. W programie: pokazy rzemieślnicze i kulinarne. Kopanie torfu, dżdżanie klumpów, przędzenie, kręcenie powrozów. Będzie biesiada z tańcami oraz koncert. Zagra zespół Kiev Office.

Kluboksięgarnia Cepelin przy Starym Rynku w Słupsku zaprasza w niedzielę, 1 maja,

o godzinie 20 na projekcję filmu „Stany przeszłe” i spotkanie z jego reżyserką i scenarzystką Olgą Blumczyńską. 30-minutowy dokument opowiada o młodej polskiej emigrantce mieszkającej od lat na Manhattanie, która po swoim rozwodzie z Amerykaninem postanawia przeprowadzić się na Greenpoint. Tam szuka kontaktu z Polakami różnych pokoleń. Zbiera ich historie emigracji, rozprawiając się jednocześnie ze swoją przeszłością, w nadziei, że to pomoże jej

przełamać poczucie samotności i wyobcowania w Nowym Jorku.

Natomiast w poniedziałek, 2 maja Miejski Komitet Obchodów Świąt Państwowych i Rocznic Historycznych przy Prezydencie Miasta Słupska zaprasza do uczestnictwa w uroczystościach z okazji Dnia Flagi Rzeczypospolitej Polskiej. Odbędą się na pl. Zwycięstwa, przy pomniku Żołnierza Polskiego; początek uroczystości godz. 12. ©©

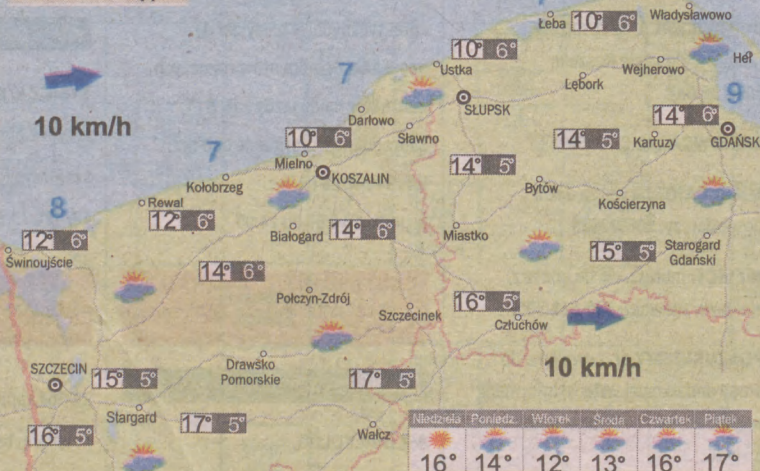
POGODA

Krzysztof Ścibor
Biuro Calvus
Sobota

Nad Pomorze dociera łagodne i suche powietrze z północy. W ciągu dnia będzie dość pogodnie i cały czas sucho. Na termometrach max 14-17°C, chłodniej nad samym morzem. Wiatr słaby z zach. W nocy więcej chmur i sucho. Jutro kolejny dość pogodny i suchy dzień. Na termometrach max do 14-16°C, nad morzem do 10°C. Wiatr słaby z pn. We wtorek jest szansa na przelotny deszcz i będzie chłodniej do 10-12°C.

Pogoda dla Pomorza

Prognoza dla Bałtyku
Stan morza (Bft) 1-2
Siła wiatru (Bft) 2-3
Kierunek wiatru W



☀ pogodnie	☁ zachmurzenie umiarkowane	☔ przelotny deszcz	☔ przelotne deszcze i burza	☁ pochmurno	☁ mgła
☔ ciągły deszcz	☔ ciągły deszcz i burza	☔ przelotny śnieg	☔ ciągły śnieg	☔ przelotny śnieg z deszczem	☔ ciągły śnieg z deszczem
☁ mgła	☁ marznąca mgła	☁ śliska droga	☁ marznąca mgła	☁ marzący deszcz	☁ zanieczyszczenie
☁ 19° temp. w dzień	☁ 11° temp. w nocy	☁ 15° temp. wody	☁ 1011 hPa	☁ ciśnienie i tendencja	☁ smog

Pogoda dla Polski



	Dzisiaj	Jutro
Gdańsk	14°	14°
Kraków	16°	16°
Lublin	15°	15°
Olsztyn	14°	16°
Poznań	18°	17°
Toruń	16°	16°
Wrocław	19°	19°
Warszawa	17°	17°

Karpacz	18°	18°
Ustrzyki Dolne	16°	17°
Zakopane	13°	13°

INFORMATOR

SANEPID

Słupsk

608 205 830

Człuchów

791 220 895

Bytów

736 333 550

KOMUNIKACJA

Słupsk: PKP 118 000; 22 194 36;

PKS 59 842 42 56;

dyżurny ruchu 59 843 71 10;

MZK Słupsk 59 848 93 00;

Lębork: PKS 59 862 19 72; MZK 59 862 14 51;

Bytów: PKS 59 822 22 38;

Człuchów: PKS 59 834 22 13;

Miastko: PKS 59 857 21 49.

DYŻURY APTEK

Słupsk

sob/niedz/pon. DOM LEKÓW, ul. Tuwima 4,

tel. 59 842 49 57

Ustka

sob. JANTAR, ul. Grunwaldzka 27 a,

tel.: 59 814 46 72

niedz. STOKROTKA, ul. Darłowska 7a,

tel. 605 352 090

Bytów

sob/niedz. CENTRUM ZDROWIA,

ul. Ks. dr Bernarda Sychty 3

Miastko

sob/niedz. Pod Mnichem w Szpitalu,

ul. Wybickiego 30,

tel.: 59 822 31 26

Człuchów

sob. RODZINNA, ul. Długosza 5,

tel.: 59 721 21 77;

niedz. WRACAM DO ZDROWIA,

ul. Plac Wolności 1

AUTOPROMOCJA

USŁUGI MEDYCZNE

Słupsk:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janu-

sza Korczaka, ul. Hubalczyków 1, informacja

telefoniczna 59 846 01 00

Ustka:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, ul. Mickie-

wicza 12, tel. 59 814 69 68;

Poradnia Zdrowia POZ, ul. Kopernika 18,

tel. 59 814 60 11;

Pogotowie Ratunkowe - 59 814 70 09

Bytów:

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

Dział Pomocy Doradź Miastko,

tel. 59 857 09 00

Człuchów:

Centrum zdrowia, ul. Szczecińska 13,

tel. 59 834 31 42

Miraculum, ul. Grunwaldzka 18,

tel. 59 862 24 77

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; Ustka 59 814 67 61, 697

696 498; Bytów 59 822 25 69;

USŁUGI POGRZEBOWE

Kalla, ul. Armii Krajowej 15,

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

Pełna oferta pogrzebowa.

Hermes, ul. Obronców Wybrzeża 1 (całodobowo),

tel. 59 842 84 95, 604 434 441. Winda i baldachim przy grobie;

Hades, ul. Kopernika 15,

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

Winda i baldachim przy grobie.

Zieleń Słupsk Zakład Pogrzebowy, ul. Kaszub-

ska 3 A, te. 502 525 005 - całodobowo. Pełna

oferta pogrzebowa

GŁOS
POMORZA

Dzień dobry
w poniedziałek

Kup dziennik z dodatkiem Sportowy24

gp24.pl

ŻUŻEL W sobotę w Chorwacji rozpoczyna się 28. sezon wyłaniania Indywidualnego Mistrza Świata na żużlu w formule Grand Prix

Serial Speedway Grand Prix czas zacząć od nowa

Piotr Olkowicz
redakcja@polskapress.pl

W przededniu startu zmagania w SGP sytuacja jest niesłychanie kłopotliwa. Otóż nie ma w zasadzie eksperta, który, typując faworytów do złota, nie wymieniałby nazwiska Bartosza Zmarzlika.

Dwukrotny czempion globu z lat 2019 i 2020 wydaje się u progu sezonu rozpędzony i przewidywalny. Żeby nie powiedzieć, zaprogramowany. Ze względu na sytuację za naszą wschodnią granicą nie spotka się pod taśmą ze swoimi najgroźniejszymi konkurentami z roku ubiegłego. Ten, który wyrwał mu złoto na ostatniej prostej, podczas podwójnej rundy, kończącej sezon '21 w Toruniu, czyli Artiom Łaguta oraz sąsiad z najniższego stopnia podium, Emil Sajfutdinow na motocykle na razie nie wsia-
dają. Mogą tylko zasiąść na kanapie i oglądać zawody w telewizorze.

Przewidywania bukmacherów pokrywają się z eksperckimi. U nich jeździec stajni Orlen również wyceniany jest nisko na tle konkurencji. Natomiast wśród potencjalnie największych rywali znajduje się cała grupa na czele z Maciejem

Janowskim. Popularny „Magik” nie ma innego wyjścia i musi wykorzystać ten sezon, jeśli marzy w końcu o zawieszeniu w swojej gablocie medalu IMS. W jego dotychczasowych kilku sezonach zmagania w elicie aż cztery razy zajmował czwarte miejsce w generalce.

Innym groźnym konkurentem Zmarzlika okaże się zapewne Duńczyk Leon Madsen. Wskazuje na to jego forma w dotychczasowych tegorocznych występach oraz brak wchodzących mu często w drogę Rosjan. Madsen stawał na drodze naszego mistrza z Kinic najbardziej hardo w roku 2019. Przez niemal cały sezon szli łeb w łeb, by w decydującym momencie skok po złoto utrudniło... jego duńskie środowisko. Przed przedostatnią rundą w Vojens tamtejsze media obwołały go już czempionem, a telewizja kręciła programy i wywiady w stylu „jak się czujesz jako mistrz?”. Leonowi zamieszali na tyle w głowie, a dobili go przygotowaniem toru, wręcz przeciwnym do jego preferencji, że na swoich śmieciach męczył się niemiłosiernie i zdobył tylko 7 punktów. Co przy 18 Zmarzlika stawiało właśnie jego w roli faworyta przed ostatnią rundą w Toruniu. Madsen nie klęknął. Przyjechał na Motoa-



Bartosz Zmarzlik (z prawej) nie spotka się tym razem ze swoimi najgroźniejszymi konkurentami z zeszłego roku - Artemem Łagutą i Emilem Sajfutdinowem

renę zmobilizowany, z rakietowym silnikiem w ramie motocykla. Wygrał wszystkie 7 wyścigów, a jego dyspozycja spowodowała, że w teamie Polaka zaczęły drżeć ręce. Zmarzlik utrzymał jednak nerwy na wodzy, wygrał ostatecznie swój półfinał i został trzecim polskim mistrzem świata. Ale Madsen przystępuje do kolejnej próby rewanżu.

Medal z tego samego

kruszcza ma w swojej kolekcji powracający po rocznej przerwie do cyklu Patryk Dudek. Forma prezentowana w tegorocznych startach nie uprawnia raczej do stawiania go w roli faworyta, co nie oznacza, że „Duzers” nie będzie potrafił zamieszać. W jego najlepszym, wicemistrzowskim sezonie 2017 też mało kto na niego stawiał. Teraz jest zawodnikiem dojrzałym, choć jednym z czynni-

ków mających wpływ na jego dyspozycję jest zmiana klubu w polskiej lidze. Po spadku Fabiana Zielona Góra, Dudek przeniósł się zimą do toruńskiego Apatora i proces adaptacji w nowym środowisku ciągle trwa.

Trudne zadanie przed jego klubowym kolegą. Paweł Przedpełski, który stanął poturbowany po upadku w lidze szwedzkiej na starcie Grand Prix Challenge'u w słowackiej Żarnowicy w sierpniu ubiegłego roku, wygrał ten finał kwalifikacji w dużym stylu. W sobotę zadebiutuje w roli pełnoprawnego uczestnika SGP.

By uzupełnić listę konkurentów do czołowych miejsc w cyklu należy wspomnieć o trzykrotnym mistrzu świata Tai'u Woffindenie z Wielkiej Brytanii, mistrzu z sezonu 2017, którym był Australijczyk Jason Doyle czy dynamicznym i osnającym w siłę aktualnym Mistrzem Europy - Mikkelu Michelsenem z Danii.

„Nowa era żużla” - tak głośną slogan reklamowy. W pięknych okolicznościach przyrody, na dalekiej chorwackiej prowincji, trwają ostatnie przygotowania. Stadion Unii Gorican leży na przedmieściach tego miasteczka, w wio-

sce Donji Kraljevic. To prywatny obiekt, który właściciel firmy zajmującej się budową i remontami dróg, Zvonimir Pavlic, postanowił wybudować przed laty dla swojego syna Juricy. Sam Zvonko był bałkańską gwiazdą żużla, kilkukrotnym mistrzem Jugosławii.

Rodzina Pavlic gościła już najlepszą żużlową imprezę świata trzykrotnie. Debiutowali bardzo pechowo - w roku 2010, kiedy grę o mistrzowski tytuł rozgrywali pomiędzy sobą Tomasz Gollob i Jarosław Hampel, w sobotę, w dniu zawodów, spadł wielki deszcz. Turniej trzeba było przenieść na niedzielę. Na trudnym, namocznym torze, nasi medaliści odpadli w półfinałach. Rok później nie padało, a zwyciężył Andreas Jonsson ze Szwecji. A z radości tor całował Amerykanin Greg Hancock, który po 14 latach przerwy przypieczętował swój drugi tytuł IMS. Szceny te komentował w polskiej telewizji Jurica Pavlic, który był wówczas kontuzjowany i nie mógł wystąpić w zawodach z dziką kartą.

Otrzymał ją rok później i jeździł precyzyjnie i skutecznie. Awansował do wielkiego finału i dopiero szarża Tomasza Golloba odebrała mu szansę na wkroczenie na podium. ©©

Włosi pytają Nicolę Zalewskiego o wybór drużyny narodowej, piłkarz nie miał wątpliwości

Tomasz Biliński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Nicola Zalewski po zmianie pozycji w AS Roma radzi sobie bardzo dobrze. W Lidze Konferencji Europy zaliczył kolejną asystę, a Włosi pytają go o wybór drużyny narodowej.

Nicola Zalewski to wychowanek akademii AS Roma. W czwartek, podczas pierwszego półfinałowego starcia z Leicester w Lidze Konferencji Europy, ponownie był jednym

z najlepszych graczy na boisku. - Cudownie jest widzieć wychowanka tak grającego na tym poziomie - nie krył trener rzymian Jose Mourinho, który chwalił 20-letniego wahałowego m.in. za asystę przy голу Lorenzo Pellegriniego. Gospodarze wyrównali za sprawą samobójczej bramki Gianluigi Manciniego.

- Miałem wrażenie, że zagraliśmy dobry mecz, ale w kilku elementach musimy się poprawić - ocenił Zalewski po spotkaniu przed kamerą Sky Sport Italia. - W niedzielę i za tydzień w czwartek czekają nas

ważne mecze i damy z siebie wszystko, żeby osiągnąć cele.

Urodzony w Tivoli we Włoszech piłkarz od pierwszych treningów jako dziecko nie był ustawiany na skrzydło ani z boku obrony. Zwykle grał jako ofensywny pomocnik, głównie na środku. Jednak Mourinho miał nosa. W lutym przesunął 20-letniego Zalewskiego na wahałko, a ten stał się jednym z ważniejszych postaci drużyny. Asysta w Leicester była jego drugą w sezonie. Poprzednio także zaliczył w spotkaniu Ligi Konferencji Europy.

- Czasami popełniam błędy w defensywie, ale cieszę się, że zawsze mogę liczyć na wsparcie kolegów. Kiedy mam piłkę, trener mówi mi, że bym robił to, co zawsze, czyli dryblował - tłumaczył Zalewski, który nie krył, że jednym z przykładów do naśladowania jest dla niego Leonardo Spinazzola. - Jest świetnym graczem, cieszę się, że mogę go podziwiać z bliska. Wrócił do treningów z zespołem, więc staram się uczyć od niego podczas każdej sesji - zaznaczył młody Polak.

Po kilku dobrych występach włoskie media zainteresowały

się Zalewskim w kontekście reprezentacji Włoch. Piłkarz wybrał już Polskę. Choć urodził się w Italii, to jego rodzice są Polakami. We wrześniu 2021 r. zadebiutował z San Marino w eliminacjach mundialu (7:1) i zaliczył asystę. Spotkanie w Serravalle z trybun oglądał jego ojciec, który kilka tygodni później zmarł na raka. Z tego powodu piłkarza zabrakło na kolejnym zgrupowaniu drużyny narodowej.

- Była opcja gry dla Włoch, słyszałem o takim zainteresowaniu, ale z szacunku dla Polski i mojej rodziny zawsze chciałem

grać w reprezentacji Polski. W 100 proc. czuję się Polakiem - podkreślił Nicola Zalewski.

W drugim półfinale LKE Marsylia przegrała na wyjeździe z Feyenoordem 2:3. Arkadiusz Milik grał od 85. min. Rewanż w czwartek.

Niewykluczone, że tego lata - oprócz Roberta Lewandowskiego - klub zmieni Piotr Zieliński. Pomocnik Napoli stracił miejsce w pierwszym składzie i włoskie media donoszą, że chce odejść. Zainteresowany jest ponoć Bayern. Menedżer Polaka nie potwierdził tych wieści. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Lekkoatletyka dla każdego w Słupsku

Jarosław Stencel

jaroslaw.stencel@polskapress.pl

LEKKOATLETYKA. Na stadionie 650-lecia ponownie było wiele sportowej radości. Młodzież rywalizowała w ramach akcji Lekkoatletyka Łączy Pokolenia.

Dziewczyny: BIEG - 60 m - 2013: 1. Ewa Rybak - 10,07 (SP8), 2. Lena Sidor - 10,10 (SP 6), 3. Karolina Markowska - 11,08. 2012: 1. Weronika Hapka - 10,17, 2. Natalia Czyż - 10,48, 3. Weronika Witzczak - 10,79. 2011: 1. Lena Klimkowska (Włynkówko) - 9,82, 2. Aleksandra Klimke - 10,09, 3. Alicja Dobkowska - 10,39 (SP 10). 2010: 1. Zuzanna Ostrowska (SP 3) - 8,64, 2. Lena Stasiuk - 9,37, 3. Alicja Szewczuk - 9,62. 2009: 1. Maja Gondek (Sławno) - 8,33, 2. Dominika Juchniewicz - 8,85 (SP5), 3. Martyna Jabłoriska - 8,90 (Sławno). 2008: 1. Karina Biernat (Słonowice) - 9,12. BIEG - 300 m - 2013: 1. Lena Sidor - 57,05, 2. Marika Pacewicz - 67,56, 3. Hanna Sroka - 69,47. 2012: 1. Nina Krzeszowska - 59,03, 2. Natalia Czyż - 59,87. 2010: 1. Anna Cwigoń-Szymczak - 49,65 (Ustka), 2. Maja Botaryńska - 50,49, 3. Alicja Szewczuk - 55,11. 2009/2008: 1. Nella Dziuba - 45,10 (Ustka), 2. Maja Gondek - 47,70, 3. Ksenia Kawałek - 65,84. TOR PRZESZKÓD 2012/2013: 1. Ewa Rybak - 25,58 (SP 8), 2. Weronika Hapka - 26,45, 3. Natalia Zawierowska - 27,56. SKOK W DAL - 2011: 1. Lena Klimkowska 4,17, 2. Liwia Fiolek - 3,26, 3. Alicja Dobkowska - 3,18 (SP 10). 2010: 1. Zuzanna Ostrowska - 3,67, 2. Anna Cwigoń-Szymczak - 3,53 (Ustka), 3. Paulina Nejman - 3,41 (SP 5). 2009: 1. Martyna Jabłoriska - 4,57 (Sławno), 2. Dominika Juchniewicz - 4,15 (SP 5), 3. Nella Dziuba - 3,97 (Ustka). 2008: 1. Karina Biernat - 4,08. KULA 2KG - 1. Nikola Milewska - 9,64 (Główny), 2. Oliwia Zwolak - 8,37, 3. Emilia Labuda - 7,80. PI-



Nad młodzieżą pieczę mieli trenerzy AML Słupsk: Tomasz Czubak i Bernadeta Kopeć

ŁECZKA - 2011/2012: 1. Martyna Werecka - 26 (SP 2), 2. Kornelia Łój - 12, 3. Weronika Witzczak - 11,20. 2013/2014: 1. Karolina Markowska - 14,12, 2. Zuzanna Kalla - 9,40. **Chłopcy:** BIEG 60 m - 2013: 1. Fabian Makoś (Główny) - 10,95, 2. Michał Godnicz - 11,33, 3. Igor Mleczko - 11,72. 2012: 1. Szymon Szewczuk - 12,34. 2011: 1. Igor Gołaszewski (SP 3) - 9,19, 2. Wiktor Szostakiewicz - 9,49, 3. Oliwier Sikorski - 9,54. 2010: 1. Przemysław Albrecht - 10,74, 2. Wiktor Żmijowski - 11,01, 3. Aleksander Nowak - 11,21. 2009: 1. Bartosz Pytlak - 8,70, 2. Filip Mikulak - 8,91 (Główny), 3. Filip Makoś. 2008: 1. Oliwier Chustak. BIEG 300 m - 2013: 1. Albert Kasprzycki - 59,63, 2. Krzysztof Raczyński - 62,70,

3. Wiktor Borodziuk - 63,13. 2012: 1. Wiktor Tomaszewski (Kobylnica) - 53,00, 2. Szymon Szewczuk - 57,92, 3. Marcin Bogdanowicz - 58,37. 2011: 1. Mikołaj Sawczuk - 56,49, 2. Igor Gołaszewski - 57,00, 3. Wiktor Szostakiewicz - 57,88. 2010: 1. Filip Oszkinis - 50,58 (Ustka), 2. Mateusz Kargul - 51,29, 3. Wiktor Żmijowski - 58,79. SKOK W DAL - 2011: 1. Igor Gołaszewski - 3,98, 2. Oliwier Sikorski - 3,77, 3. Wiktor Szostakiewicz - 3,75. 2010: 1. Filip Oszkinis - 4,02 (Ustka), 2. Aleksander Nowak - 3,28, 3. Wiktor Janowski - 3,14. TOR PRZESZKÓD 2012/2013 - 1. Albert Kasprzycki - 24,56, 2. Bartosz Wróbel - 26,65, 3. Wiktor Tomaszewski - 27,61. KULA 4KG: 1. Kirylo Antipienko - 9,12. KULA 3KG: 1. Maksim Arcan - 11,51, 2. Ignacy Włosz-

czyński - 8,92, 3. Igor Zolotor - Trzebiatowski - 7,27. PIŁECZKA: 2011/2012: 1. Benjamin Bućko (Włynkówko) - 33,50, 2. Piotr Koza - 33,40, 3. Piotr Zgórski - 30,50. 2013/2014: 1. Krzysztof Raczyński - 24, 2. Franciszek Jądowski - 21,50, 3. Jakub Czarny - 16,50. Na 60 m wystartowało: 45 dz. i 18 chl. Na 300 m wystartowało: 17 dz. i 15 chl. Tor przeszkód: 18 dz. i 10 chl. Vortex: 8 dziewczyn i 10 chłopców skok w dal: 12 dziewczyn i 7 chłopców kula: 6 dziewczyn i 5 chłopców rzut piłeczką: 7 dziewczyn i 13 chłopców biegi dziecięce: 2014/2015 400m - 18 dzieci 2016 - 300m - 19 dzieci 2017 - 250m - 21 dzieci. ©



FOT. LUKASZ CAPAR

SZACHY

Młody zawodnik z Ukrainy był najlepszy
58 młodych szachistów wzięło udział w wiosennej edycji turnieju szachowego pod patronatem prezydenta Słupska. Zwyciężył Denys Shykyravyi z Ukrainy. (gh)

Bytovia kontra Gryf o mistrzostwo w regionie

Jarosław Stencel

jaroslaw.stencel@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Zdecydowanie najciekawszym spotkaniem 24. kolejki w IV lidze będzie mecz w Bytowie.

W sobotę o godz. 18 na boisko przy ulicy Adama Mickiewicza wybiegną zespoły Bytovii i Gryfa Słupsk, które grają w grupie mistrzowskiej jako jedyni reprezentanci naszego regionu.

W grupie spadkowej w Bożym polu Wielkim jako gospodarz wystąpią piłkarze Aniołów Garczegorze, którzy zagrają z Orkanem Rumia. Początek o godz. 11. Pozostałe dwa nasze zespoły w tej kolejce rozgrywać będą spotkania wyjazdowe.

Jantar uda się na mecz do Pruszcza Gdańskiego, gdzie z miejscowymi Czarnymi zacznie grę o godz. 11.

Z kolei Jantar Ustka grać będzie w Kowalach z GKS (godz. 15).

Tym razem pauzować będzie zespół lęborskiej Pogoni. Wczoraj po zamknięciu wydania zostało rozegrane spotkanie Borowiak Czersk - MKS Władysławowo. W pozostałych spotkaniach sobotnich zagrają: Jaguar Gdańsk - Kaszubia Kościerzyna (11), Lechia II Gdańsk - Gedania Gdańsk (11), Wikęd Luzino - Gryf Wejherowo (14), Chojniczanka II Chojnice - Wierzyca Pelplin (14). W niedzielę zagrają: Arka II Gdynia - Grom Nowy Staw (17:30). ©



Piłkarze słupskiego Gryfa przeciwko Arce II zagrali bardzo dobrze. Ale to dobre wrażenie roztrwonili w meczu pucharowym. Teraz zagrają w Bytowie

Klasa okręgowa: KS Gryf zagra z KS Włynkówko. Klasa B: Victoria - Kaszubia II

Jarosław Stencel

jaroslaw.stencel@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Kolejne spotkania w naszym regionie rozegrają piłkarze w słupskiej klasie okręgowej oraz w ligach niższych.

W klasie okręgowej rozegrano już jeden mecz. Lipniczanka Lipnica zremisowała z GTS Czarna Dąbrówka 1:1 (0:0). Bramki: 0:1 Paweł Janikiewicz (72), 1:1 Adrian Kuik Studziński (81). Lipniczanka: Trzeciński, Wójcik, Kuik, Studziński,

Pranczk, Jeżewski, Hering (63 Treder), Chylewski, Breza, P.Wirkus, Przytarski (85 K.Wirkus), A.Szultka.

GTS: Gorzelak - Tutkowski, Szczegieliński, P.Wolski, Wdowczyk, J.Gralak, Wnuk Lipiński (90 Smentoch), Osowski, Małek (74 Majewski), Kwiecień (63 M.Gralak), P.Janikiewicz.

Podział punktów nie poprawił sytuacji tych zespołów w tabeli. Lipniczanka ma 30 punktów i zajmuje 14. miejsce, a zespół z Czarnej Dąbrówki jest na miejscu szesnastym i ma 25 punktów na swoim koncie.



FOT. KRZYSZTOF PIOTROWSKI

Piłkarze słupskiej Victorii na stadionie 650-lecia podejmować będą zespół Kaszubii II Studzienice

Pozostałe mecze zostaną rozegrane w sobotę.

Ciekawe spotkanie zostanie rozegrane w Słupsku. Walczący wciąż o czołowe miejsca w lidze KS Gryf o godz. 11 na stadionie przy ulicy Zielonej podejmować będzie zespół KS Włynkówko. W pozostałych meczach: Skotawia Dębica Kaszubska - Zawisza Borzychom (15), Myśliwiec Tuchomie - Gryf II Słupsk (14), Jantaria Pobłocie - Dolina Gałąźnia Wielka (15), Kaszubia Studzienice - Sokół Wyczechy (11), Piast Człuchów - Start Miastko (17,

Dębica), Brda Przechlewo - Wybrzeże Objazda (12), Czarni Czarne - MKS Debrzno (15). Klasa A - Grupa I: Mecze sobotnie - Sokół Szczypkowie - Granit Kończewo (17), Diament Trzebielino - KS Damnica (11), Unison Machowino - Stal Jezierzycy (17), Słupia Kobylnica - Garbarnia Kępice (14), Polonez Bobrowniki - Barton Barcino (17, Damno). Mecz niedzielny: Szansa Siemianice - Echo Biesowice (15).

Klasa A - Grupa II: Lider Rychnowy - Grom Nakła (14, Dębica), Błękitni Motarzyno-

Zenit Redkowice (17:30), Urania Udorpie - LKS Łebunia (15), Victoria Dąbrówka - Chrobry Charbrowo (16), Pomorze Potęgowe - Leśnik Cewice (15). Mecz niedzielny: Orkan Gostkowo - Magic Niezabyszewo (13). Klasa B: Mecze sobotnie - WKS Nożyno - GKS Kołczygłowy (17), Rowokół Smółdzino - Sokół Kuleszewo (17), Lew Lębork - Baza 44 Siemirówce (15), Dąb Kusowo - KS Zaleskie (16). Mecze niedzielne: Victoria Słupsk - Kaszubia II Studzienice (11, stadion 650-lecia), Start Łebień - Granit Koczala (11). ©