



FOT. PZB

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Środa
28.09.2022

Nr 226 (4774)
Nakład: 8.980 egz.

www.gp24.pl
Cena 3,50 zł (w tym 8% VAT)

REGION URUCHOMIENIE INSTALACJI 11 PAŹDZIERNIKA 2022 ROKU

Bezpieczeństwo gazowe jest bezcenne

Bogna Skarul
Goleniów-Szczecin

- To spełnienie polskich marzeń - mówił na otwarciu gazociągu Baltic Pipe w Goleniowie prezydent Andrzej Duda. a premier Mateusz Morawiecki zaznaczył, że właśnie kończy się era dominacji gazu z Rosji

Prezydent Polski Andrzej Duda i premier Mateusz Morawiecki wzięli udział w symbolicznym uruchomieniu przesyłu w gazociągu Baltic Pipe w Budnie koło Goleniowa. W wydarzeniu uczestniczyli również premier Danii Mette Frederiksen, minister do spraw ropy naftowej i energii Norwegii Teije Aasland oraz szefowa unijnej dystrykcji generalnej ds. energii Ditte Juul-Jørgensen.

Prezydent Andrzej Duda mówił, że gazociąg Baltic Pipe przez dziesięciolecie był polskim marzeniem.

- A teraz ta inwestycja pozwoli na dywersyfikację dostaw gazu do Polski, wzmocni suwerenność naszego kraju i uniezależni nas od dostaw

z Rosji - zaznaczył. I dodał: Trudno się wzruszać nad fragmentami instalacji gazowej, ale proszę mi wierzyć, to jest naprawdę wzruszający dla mnie moment.

Andrzej Duda przypomniał, że w 2016 roku ruszyły prace koncepcyjne i przygotowawcze dotyczące gazociągu. Jak wskazywał, „mało kto spodziewał się, że uda się tę inwestycję zakończyć w terminie”.

- Nie trzeba tu głośno nikomu mówić, jak wielu ta inwestycja miała potencjalnych przeciwników - dodał prezydent Polski.

Wskazywał też, że „ani w 2015, ani w 2016, ani w 2020 roku nikt z nas nie mógł przewidzieć, kiedy nastąpi tak ogromny kryzys gazowy. Ten gaz już w najbliższym czasie będzie do Polski przez to nowe połączenie gazowe transportowany”.

Duda podkreślił, że gazociąg „załatwia w ogromnej części również i europejski problem dostaw gazu właśnie do państw UE, bo Polska jest tu tym państwem, do którego gaz zmierza bezpośrednio, ale stąd ten gaz będzie mógł być rozdzielany

wszędzie tam, gdzie będzie potrzebny”.

Także premier Mateusz Morawiecki podkreślał, jak ważne jest uruchomienie gazociągu, którym będzie przepływał gaz, ale już nie z Rosji.

- Baltic Pipe to od dziś symbol suwerenności, bezpieczeństwa i pokoju - mówił premier RP i dodał, że to jeden z największych i najbardziej skomplikowanych projektów ostatnich lat. - To wielkie dzieło - podkreślił. - A dziś rozpoczyna się nowa epoka: suwerenności i bezpieczeństwa energetycznego, ale też współpracy - zaznaczył i wyjaśnił, że otwierany właśnie gazociąg bałtycki jest przeciwieństwem gazociągów Nord Stream I i Nord Stream 2.

Gazociąg Baltic Pipe ma tworzyć nową drogę dostaw gazu ziemnego z Norwegii na rynki duński i polski oraz do użytkowników końcowych w krajach sąsiednich. Jego uruchomienie zaplanowane jest na 1 października 2022 r. We wtorek odbyło się symboliczne odkręcenie kurka.

Inwestorami są operatorzy przesył: duński Energinet i polski Gaz-System, a PGNiG ma się zająć przesyłem gazu.

PGNiG poinformowało, że do końca 2022 r. gazociąg będzie działał z ograniczoną przepustowością, umożliwiającą przesłanie do Polski na zasadach ciągłych ok. 900 mln m sześć. gazu. Na przyszły rok spółka posiada zabezpieczone dostawy gazu przez Baltic Pipe na poziomie, który „gwarantuje, że wraz z pozostałymi źródłami pozyskania będzie w stanie w pełni zaspokoić zapotrzebowanie swoich odbiorców w Polsce w sezonie grzewczym 2022/2023”. Jako pozostałe źródła spółka wskazała wydobyście krajowe, dostawy LNG i zapasy magazynowe.

2 Współpraca: Agata Maksymiuk

Więcej o Baltic Pipe na str. 2

Bytów. O krok od zatrucia czadem. Interweniowały policja i straż pożarna **str. 4**

Świat. Wyciek gazu z Nord Stream i i 2. To raczej nie są przypadki **str. 2**

Słupsk. Adaptacja szkoły na biurowiec ma być droższa o ponad milion złotych **str. 4**

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570



9 770137 952039



FOT. KRZYSZTOF PIOTROWSKI

SŁUPSK

Po raz trzeci zdewastowany został Krzyż Wołyński na Starym Cmentarzu **str. 3**

Świat. Czy Rosja przyłączy okupowane tereny Ukrainy i przymusowo będzie wcielać Ukraińców do armii? **str. 8**

Zdrowie. Bez przerwy zimne ręce? To może być objaw poważniejszych schorzeń **str. 10**

31 WET



Baltic Pipe symbolicznie uruchomili Andrzej Duda, prezydent RP, © premier Mateusz Morawiecki i Mette Frederiksen, premier Danii

REKLAMA

0110608090

MIESZKANIE W CENTRUM SŁUPSKA

Z MIEJSCAMI PARKINGOWYMI! , ■ f 111.

KILIŃSKIEGO - KASZUBSKA - PODGÓRNA

Ułatwienie dla osób niepełnosprawnych - winda. I E T I U D A



EXP
an = scv

669 540 110 600 388 311

andrzejewski.ekp@gmail.com

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

- Kryminał w wydaniu starożytnym. Historia spisku Katyliny, zdemaskowanego przez Cyncerona i konsekwencje tego faktu: wojna domowa w Rzymie

Zamów prenumeratę Głosu

® 94 3401114

prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

Okreścili kurek Baltic Pipe

Gazociąg Baltic Pipe to strategiczna inwestycja dla Polski z punktu widzenia bezpieczeństwa energetycznego. Łączy polski i duński system przesyłu gazu i umożliwia dostawę paliwa z Norwegii.

- Po wielu latach dyskusji, często politycznych sporów i prób, dziś w końcu dokonujemy otwarcia gazociągu, który przez dziesięciolecie był polskim marzeniem, tych, którzy chcieli dywersyfikacji dostaw i uniezależnienia się od dostaw rosyjskich - mówił wczoraj w Goleńiowie prezydent Andrzej Duda.

- Od dziś, gdy rosyjskimi rurociągami - oprócz błękitnego

paliwa - płyną ukraińska krew, szantaż i pogrożki, polsko-duńsko-norweski Baltic Pipe to gazociąg suwerenności i pokoju, który dostarcza nam wolność od strachu oraz bezpieczeństwo i stabilność energetyczną na przyszłość - podkreślił premier Mateusz Morawiecki.

Gazociąg Baltic Pipe tworzy nową drogę dostaw gazu ziemnego z Norwegii poprzez Danię do Polski. Budowa została ukończona bez dwóch odcinków na terenie Danii, gdzie w 2021 r. na kilka miesięcy zostały wstrzymane prace ze względu na uchylenie pozwoleń środowiskowych. Docelowo system zdolny jest transportować do Polski 10 mld m sześć. gazu. PAP



nasz REGION

GMINA PARCHOWO

Senior bez prawa jazdy wjechał w samochód drogowców
W Jamnie gminie Parchowo 84-letni kierowca volkswagena nie zachował bezpiecznej odległości podczas omijania forda transita służby drogowej, którego kierowca wykonywał prace przy drodze. Doszło do bocznego zderzenia. Pojazd drogowców był odpowiednio oznakowany. Na szczęście nikomu nic się nie stało. Okazało się jednak, że 84-latek nie ma prawa jazdy. **ANG**



DYŻURNY GŁOSU

Alek Radomski,
tel. 510 026 884

Na Czytelników czekamy w redakcji „Głosu Pomorza” w Słupsku przy ulicy H. Po-5 bożnego 19 oraz pod adresem 5 sem poczty elektronicznej: 2 alarm@gp24.pl

Wandalizm czy raczej prowokacja? Zdewastowany Krzyż Wołyński

Magdalena Olechnowicz
Słupsk

Już tized raz została zniszczona tablica piry Krzyżu Wołyńskim na Starym Cmentarni. Zarząd nekropolii zgłosił dewastację policjantom. Wykrycie sprawców może być trudne, bo nie ma świadków kamerą w tym miejscu.



Zerwane cyfry przy Krzyżu Wołyńskim w Słupsku

Przy krzyżu brakuje liter i cyfr w datach.

- Wiem, że wydarzenia na Wołyniu wzbudzają kontrowersje, ale pamięć o zmarłych należy szanować. Jestem przekonana, że to nie chuli-gański wybrzyk, a działanie celowe - mówi słupszczanka oburzona zniszczeniami w miejscu pamięci.

- Po ostatniej dewastacji zamówiliśmy brakujące litery i cyfry, ale były tylko jedną noc! I znów zostały skradzione - mówi Katarzyna Winiarska, kierownik działu zarządzania cmentarzami w Zarządzie Infrastruktury Miejskiej w Słupsku. - Nie jesteśmy w stanie 24 godziny na dobę pilnować tego miejsca. Monitoring jest zbyt drogi, rozważamy jednak założenie fotopułapek.

Słupska policja prowadzi już dwa postępowania w sprawie dewastacji pomnika. Teraz będzie prowadziła trzecie.

Zdaniem historyka prof. Romana Drozda z Akademii Pomorskiej w Słupsku, specjalizującego się w relacjach polsko-ukraińskich, tego typu ataki to prowokacja.

- Biorąc pod uwagę, że toczy się na Ukrainie wojna rosyjsko-ukraińska, nie wykluczałbym prowokacji mających na celu skłócenie Polaków i Ukraińców. Znaną są przypadki w kraju, gdzie osoby związane ze służbami rosyjskimi, czy też o poglądach pro-rosyjskich lub antyukraińskich dokonywały właśnie takich zniszczeń. Moim zdaniem są powołane służby w kraju,

które powinny takich sprawców znaleźć i ukarać - mówi prof. Drozd. - Zniszczenie upamiętnień, również ukraińskich, w Polsce ma miejsce od roku 2014, kiedy tak naprawdę rozpoczęła się ta wojna. Filmiki dokumentujące niszczenie tych upamiętnień były wyświetlane w portalach społecznościowych czy telewizjach tych tzw. pseudorepublik - donieckiej i ługańskiej, co oczywiście spowodowało pewien kryzys w relacjach polsko-ukraińskich. Mówię wprost: Rosji bardzo zależy, aby relacje polsko-ukraińskie były złe. A to właśnie my, Polacy i Ukraińcy, powinniśmy między sobą wyjaśnić te najtragiczniejsze karty naszej historii. ©®

Czad był w kilku mieszkaniach

Sylvia Lis
Region

Wczoraj jeden z mieszkańców Bytowa podczas kąpieli zaczął słabnąć. Na szczęście w porę z rodziną wyszedł z domu. Okazało się, że z pieca gazowego wydostawał się tlenek węgla.

O pojawieniu się czadu w jednym z mieszkań w bloku powiadomili policję mieszkańcy.

- Pomocy medycznej potrzebował 30-latek, który pod-

czas kąpieli zaczął słabnąć. Na szczęście w porę zareagowała znajdująca się w mieszkaniu żona, która z pomocą sąsiada wyprowadziła mężczyznę z łazienki i wspólnie opuścili lokal - mówi Dawid Łaszczyński z Komendy Powiatowej Policji w Bytowie.

Policjanci wspólnie ze strażakami ewakuowali osoby z sąsiednich mieszkań. Urządzenia strażaków pokazały, że w mieszkaniu było spore stężenie czadu, który przedostawał się też do innych lokali.

Dopiero gdy stężenie tlenu węgla opadło, mieszkańcy wrócili do mieszkań.

Podtruty czadem 30-latek trafił do szpitala. Na szczęście jego życiu nie zagraża niebezpieczeństwo.

Czad, czyli tlenek węgla, to silnie trujący gaz. Nie ma zapachu ani barwy. Jednym z potencjalnych źródeł czadu, oprócz pieców węglowych, są m.in. złe działające gazowe podgrzewacze wody, popularnie zwane junkersami. ©®

MATERIAL INFORMACYJNY ORANGE

0010619290

Wyłączenie sieci 3G - co warto wiedzieć?

Sieć mobilną, rozpatrując jej prędkość działania, można porównać z różnymi typami dróg. 2G to trakt polny, 3G - droga krajowa, 4G - trasa szybkiego ruchu, a 5G - autostrada. Ta druga już wkrótce, bo w 2025 r., zostanie całkowicie wyłączona. Pierwsi klienci mogą odczuć wyłączenie 3G już w połowie 2023, bo wtedy Orange Polska planuje rozpocząć testy.

Planowana likwidacja 3G ma służyć poprawie efektywności całej sieci, zwalniając pasma niezbędne dla 4G LTE. Będzie to miało swoje konsekwencje. Dlatego warto wiedzieć, jak się do tej zmiany przygotować.

Wyłączenie sieci 3G - konsekwencje

Wyłączenie sieci 3G będzie skutkowało tym, że niektórzy klienci zostaną postawieni przed koniecznością wymiany starszych kart SIM i telefonów. Może to dotyczyć głównie seniorów, którzy nie wymieniają często tych urządzeń. Brak podjęcia określonych działań sprawi, że wysyłanie wiadomości SMS oraz prowadzenie rozmów będzie możliwe, ale urządzenie, z którego się w tym celu korzysta, może nie działać do końca sprawnie. Dlatego warto już teraz przejść na technologię VoLTE.

VoLTE - co warto wiedzieć o tej technologii

Dzięki technologii VoLTE dostępne są połączenia głosowe w bardzo dobrej jakości. Głos rozmówcy jest czysty, a szumy ograniczone nawet przy jednoczesnym korzystaniu na telefonie z internetu. To rozwiązanie może być doskonałe



dla seniorów, którzy zmagają się z problemami ze słuchem. Co więcej, proces łączenia w tym przypadku jest nawet 4-krotnie szybszy. VoLTE pozwala zatem na prowadzenie konwersacji w wyższej technologii 4G LTE lub 5G. Ponadto w 4G i 5G można liczyć na sprawne działanie wielu aplikacji w telefonie, czy też możliwość oglądania filmów i pracy zdalnej bez zakłóceń, nawet przy kilku procesach jednocześnie.

Niezwykle istotne jest to, że do korzystania z technologii VoLTE należy zaopatrzyć się w telefon działający w sieci 4G LTE lub 5G, z funkcją wykonywania połączeń VoLTE i dopasowaną do tej sieci kartą SIM. Listę telefonów obsługujących takie rozwiązanie można przejrzeć na stronie internetowej orange.pl/wykorzystaj-siec. Obecnie każde nowe urządzenie dostępne w sklepie Orange pozwala na realizowanie połączeń w technologii VoLTE. Jeśli jednak pojawia się potrzeba zweryfikowania karty SIM, wystarczy odwiedzić salon firmowy. Jego pracownik sprawdzi, czy karta obsługuje sieć 4G LTE lub 5G. Jeśli tak nie jest, zostanie ona wymieniona

na nowszy model obsługujący VoLTE, zupełnie za darmo.

Wyłączenie 2G i 3G u różnych operatorów

Wyłączenie sieci 2G i 3G to proces, który rozpoczęło u siebie nie tylko Orange. Działania w tym kierunku podjęli również inni operatorzy, jak np. T-Mobile. Tym, co wyróżnia Orange, jest zrównoważone podejście do optymalizacji sieci zgodnie z obecnymi trendami rozwoju sieci mobilnej. W rękach klientów Orange znajduje się już prawie milion urządzeń, które obsługują najnowocześniejszą technologię mobilną. W samym tylko kwietniu 2022 r. 47% sprzedanych tutaj telefonów pozwalało na korzystanie z najnowszych rozwiązań. W ofercie Orange jest ponad 100 urządzeń obsługujących sieć 5G. Dzięki licznym promocjom organizowanym w weekendy, jak i w środku tygodnia nie trzeba się martwić o wysokie koszty zakupu. Co więcej, Orange oferuje również promocje w formie 3 pierwszych rat za 0 złotych. To wszystko sprawia, że jest to sieć, która cieszy się wysoką popularnością na polskim rynku.

POWIAT BYTOWSKI
Policjanci z Czarnej Dąbrówki odnaleźli 70-latkę, który stracił orientację w lesie, gdy był na grzybach. Udzielili mu niezbędnej pomocy, a następnie odwiedzili do domu.

Senior zabłądził w lesie w okolicach Czarnej Dąbrówki. Był wyczerpany próbami znalezienia właściwej drogi, ale zdołał zadzwonić na policję z prośbą o pomoc. Sytuacja była poważna, bo 70-latek poinformował, że choruje na cukrzycę.

- Nasi funkcjonariusze dzięki znajomości topografii terenu i stałym kontaktom telefonicznym z grzybiarzem szybko zlokalizowali miejsce, w którym przebywał. Policjanci udzielili mu niezbędnej pomocy i odwiedzili do domu. 70-latek był zmęczony, lecz na szczęście nie potrzebował pomocy lekarskiej - informuje Dawid Łaszczyński z Komendy Powiatowej Policji w Bytowie. ©®

ZIDA

REKLAMA

0010625056

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Korab” w Ustce,
ul. Grunwaldzka 10, tel. (0-59) 8144081,

ogłasza przetarg ustny na oddanie w najem
lokalu użytkowego w Ustce przy:
ul. Grunwaldzkiej 18 - lokal użytkowy o p.u. 50,36 m²

Szczegóły ogłoszenia do pobrania na stronie
www.smkorab.pl

REKLAMA

0010623899

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Kolejarz”
w Słupsku ul. Braci Gierymskich 1

ogłasza przetargi nieograniczone ofertowo-ustne na:
1. Wymianę instalacji gazowej w 7 budynkach.
2. Wykonanie robót remontowych klatek schodowych
w 3 budynkach.

Szczegółowy zakres i termin realizacji poszczególnych robót zgodnie ze Specyfikacjami Istotnych Warunków Zamówienia. Warunkiem udziału w przetargach jest wniesienie wadium w pieniądzu, w wysokości podanej przy każdym przetargu, które należy wpłacić na konto Spółdzielni w PKOBPS.A. Oddział Słupsk, nr rachunku **59 1020 4649 0000 7102 0003 4736** w terminie do dnia **18 października 2022 roku.**

Oferty należy składać w sekretariacie Spółdzielni przy ul. Braci Gierymskich 1 w Słupsku do dnia **18 października 2022 roku** do godziny 10.00 zgodnie ze Specyfikacją Istotnych Warunków Zamówienia. Specyfikacje Istotnych Warunków Zamówienia oraz szczegółowe informacje można uzyskać w Dziale Wykonawstwa Remontów przy ul. Zaborowskiej 29 w pokoju nr 1, **tel. 883396861** lub na stronie internetowej **www.kolejarz.słupsk.pl**

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferenta, z możliwością przeprowadzenia przetargu ustnego dla wytypowanych oferentów lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

Baltic Pipe - polski piąty element

Bogna Skarul
Szczecin

Rozmowa z politologiem,
profesorem Madejem
Drzonkiem.

We wtorek otwarty został Baltic Pipe. Co to dla nas znaczy?

Myślę, że trzeba zwrócić uwagę na coś, o czym się często zapomina, a mianowicie, że dzisiaj swobodny dostęp do surowców energetycznych ma nie tylko znacznie strategiczne, ale ma też znacznie związane z utrzymaniem suwerenności państwowej. Bo w klasycznym rozumieniu państwowości, państwo to jest taka jednostka, która składa się z ludności, terytorium, władzy i możliwości swobodnego utrzymywania stosunków międzynarodowych. A teraz doszedł kolejny, piąty element, czyli zdolności do swobodnego dostępu do surowców energetycznych. Więc jeśli Polska od dłuższego czasu była uzależniona prawie w 100 proc. od Federacji Rosyjskiej, to Baltic Pipe daje nam możliwość do takiego pełnego uniezależnienia. A do tego nie bę-



- Baltic Pipe to nie tylko połączenie Polski z Norwegią, ale także z innymi krajami - mówi prof. Maciej Drzonek

dziemy już musieli się ograniczać do jednego kierunku, a będziemy mogli korzystać z wielu.

Jak to?

Bo Baltic Pipe to nie jest tylko połączenie Polski tylko z Norwegią, ale teraz mamy możliwość podpięcia się pod zachodni system gazociągów.

To uniezależnienie się po-
przez Baltic Pipe od Rosji, jak
ono sytuje Polskę gospodarczo,
społecznie i politycznie?

Każde państwo, jeśli ma możliwość swobodnego kupowania surowców energetycz-

nych, to może swobodnie prowadzić swoją politykę zagraniczną. Dopóki Polska była uzależniona od Rosji, to musiała uwzględniać jakieś interesy Kremla. Tu można przytoczyć znamienne wypowiedź Waldemara Pawlaka, który pytał: czy gaz rosyjski jakoś inaczej się pali w kuchence gazowej? Otóż każdy gaz pali się podobnie, ale w sensie geostrategicznym rosyjski gaz palił się zdecydowanie inaczej, bo nas uzależniał.

My stajemy się bardziej niezależni, ale co mają powiedzieć Niemcy? Oni uzależnili się

w zakupie surowców energetycznych od jednego kraju, od Rosji.

Moim zdaniem to jest pytanie otwarte. Czy Niemcy rzeczywiście nie widzieli tego uzależnienia i nie brali

pod uwagę, że Rosjanie mają imperialistyczne zapędy, czy też Niemcy przewidywali ten imperializm, a mimo tego brnęli w ten gazowy sojusz z Putinem? Moim zdaniem

odpowiedzi na te pytania na razie nie ma. Aczkolwiek, patrząc teraz na zachowanie Niemiec, można odnieść wrażenie, jakby Berlin czekał na zakończenie tej wojny nawet wbrew interesom ukraińskim, aby szybko wrócić do interesów z Rosją. Z drugiej strony w Niemczech pojawiają się głosy, które wyraźnie mówią, że ten powrót już nie będzie możliwy.

To co im przyświecało w sprawie sojuszu z Rosją w sprawie gazu?

Niewątpliwie ten sojusz był dla nich korzystny. Niemcy chcieli być taloń hubem, który będzie kupował rosyjski tani gaz i dalej go dystrybuował po innych krajach euro-

pejskich. Z punktu widzenia interesu niemieckiego można powiedzieć, że to była słuszna polityka. Tylko jest tu jedno małe „ale”. Niemcy są częścią Unii Europejskiej, a Unia powinna być wspólnotą.

Kto według pana jest architektem dzisiejszego sukcesu Baltic Pipe?

Jak to zwykle bywa, ojców i matek sukcesu jest wiele. W tym przypadku należy powiedzieć, iż pomysł na budowę połączenia gazowego pojawił się jeszcze zanim pojawił się pomysł na gazoport w Świnoujściu. To była końcówka rządów Jerzego Buzka, czyli 2001 rok. Wtedy podpisano umowę z Norwegami na budowę gazociągu, który dziś nazywamy Baltic Pipe. A osobą, która do tego dążyła, był zawsze Piotr Naimski, jako strateg polityki energetycznej Polski. Stał w cieniu różnych rządów. Ale w ostatnich latach ten gazociąg promowali rządzący w Polsce od 2015 roku.

Kto był szkodnikiem w 2001 roku?

Wyraźnie trzeba powiedzieć, że rząd Leszka Millera. Przy-

pomnę, że jedną z pierwszych decyzji tego rządu było wycofanie się z tego projektu. Gdyby Miller nie wycofał się z umów wcześniej przygotowanych, to Polska miałaby Baltic Pipe już od prawie 20 lat. I, co więcej, moglibyśmy ten gaz redystrybuować do innych krajów. Ponadto pomysł na gazociąg Baltic Pipe wyprzedzałby pomysł niemiecko-rosyjski na budowę NordStreamu.

Czy możemy powiedzieć, że to Niemcy zgabili od nas pomysł na taki gazociąg?

To może kolokwialne stwierdzenie, ale to my bylibyśmy pierwsi. Gdyby wtedy powstał taki gazociąg, to Niemcom może by się w ogóle nie opłacało budowanie Nord Stream I i U. Dziś wyraźnie widać, że decyzja Leszka Millera miała ogromne, negatywne skutki i to nie tylko dla Polski. Moim zdaniem dziś ekspremier, europoseł powinien być za to - przynajmniej etycznie - osądzony. Bo przecież Polska w ten sposób straciła niebywałą okazję na szybszy strategiczny, gospodarczy rozwój. ©

Cała rozmowa na GS24.pl

Zmienie szkoły w biurowiec droższe o ponad Złódziej korzystał milion złotych. Radni dadzą zielone światło? z gapiostwa kierowców

Grzegorz Hilarecki
Słupsk

Wyremontowany budynek po liceum przy ul. Grottgera od ponad roku adaptowany jest na biurowiec dla urzędników. Właśnie się okazało, że przebudowa ma kosztować wsumie trzy i pół miliona złotych.

Na dzisiejszej sesji rady miejskiej słupscy radni będą musieli podjąć decyzję w sprawie remontu budynku przy ul. Grottgera, gdzie powstaje nowa siedziba Zarządu Infrastruktury Miejskiej i straży miejskiej wraz z centrum monitoringu miejskiego. Okazało się bowiem, że przebudowę postanowiono rozszerzyć, na co potrzeba dodatkowo miliona 211 tys. 829 zł.

Chodzi o przebudowę ostatniej kondygnacji budynku, montaż urządzeń chłodniczych w pomieszczeniach serwerowni i monitoringu miejskiego oraz budowę magazynu do składowania elementów z pasów drogowych przeznaczonych do ponownego użytkowania. Ma też być położona nowa instalacja elektryczna



Budynek przy ul. Grottgera, w którym mają działać m.in. Zarząd Infrastruktury Miejskiej i straż miejska

w hali sportowej (wraz z wymianą opraw na LED), z której korzysta sąsiednia Szkoła Podstawowa nr 8.

W sumie przebudowa będzie kosztowała 3,5 mln zł. Ale wiceprezydent Słupska Marek Goliński zapewnia, że to się samorządowi zwróci, gdyż teren po obecnej siedzibie ZIM zostanie sprzedany.

Przypomnijmy, w 2020 roku radni przyjęli budżet miasta na rok 2021, a w nim zapis o przebudowie dawnego budynku oświatowego na obiekt biurowo-administracyjny.

Przebudowa była zaplanowana na dwa lata. Miała kosztować po milionie w każdym z tych lat (plus 150 tys. zł na dokumentację).

Wtedy tak to tłumaczyła radnym prezydent Słupska, Krystyna Danilecka-Wojewódzka: - Przenosimy ZIM, ale przede wszystkim straż miejską. Jest tam światłowód z bardzo silnym sygnałem, czyli wszystko to, co jest potrzebne dla każdej jednostki. Dzisiaj dobre łącze internetowe jest tam zabezpieczone. Byliśmy tam i oglądaliśmy obiekt, by ocenić

jego przydatność dla wydziału planowania przestrzennego. Sami wiecie, że ta jednostka, kiedyś Biuro Urbanistyczne Miasta Słupska (zlikwidowane w poprzedniej kadencji - przyp. red.), potrzebuje trochę oddechu, przestrzeni.

Teraz okazało się, że potrzebne są tam pomieszczenia dla zarządzania kryzysowego i wyremontowana będzie trzecia kondygnacja.

Budynek przy ul. Grottgera, który jest adaptowany do funkcji biurowca, powstał pod koniec lat. 60 XX wieku. Przez lata mieściła się tam Zasadnicza Szkoła Obuwnicza, która kształciła kadry dla znajdujących się po sąsiedzku Północnych Zakładów Przemysłu Skórzanego „Alka”. Kiedy na początku XXI wieku fabryka upadła, zmienił się również profil szkoły. Powstało tam IV Liceum Ogólnokształcące. W 2019 r. szkoła zmieniła siedzibę, budynek opustoszał i nie było pomysłu, jak go zagospodarować. Pojawiła się nawet propozycja, aby go zburzyć. Jednak pod koniec 2020 r. ratusz postanowił przystosować obiekt do potrzeb instytucji miejskich. ©

Bogumiła Rzeczkowska
Słupsk

Policjanci kryminalni wytopili 26-latkę, który kradł różne przedmioty z samochodów. Nie musiał się do nich włamywać, bo zainicjował były otwarte. Część łupu została odzyskana.

- Policjanci zostali poinformowani o dwóch kradzieżach, podczas których sprawca miał zabierać z otwartych samochodów pieniądze, dokumenty, karty płatnicze, a także okulary i akcesoria samochodowe. Łączna wartość skradzionych rzeczy to około czterech tysięcy złotych - informuje Jakub Bagiński z Komendy Miejskiej Policji w Słupsku. - Funkcjonariusze

dzięki zebranych informacjom wytypowali mężczyznę, który mógł być zamieszany w ten proceder.

Okazał się nim znany policji 26-letnie słupszczanin.

- W czasie przeszukania w jego mieszkania policjanci znaleźli część skradzionych w ostatnich dniach rzeczy, takich jak dokumenty, karty płatnicze, pieniądze i akcesoria samochodowe - relacjonuje policjant.

Ponadto funkcjonariusze znaleźli w jego mieszkaniu narkotyki - amfetaminę i marihuanę.

26-latek został zatrzymany. Usłyszał zarzuty kradzieży i posiadania środków odurzających. Grozi mu kara do pięciu lat więzienia. ©

0010623935

Pani Wiceprezes Oddziału Słupskiego
Polskiego Towarzystwa Historycznego
mgr Ewie Jaszewskiej
wyrazy najgłębszego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają
Zarząd i Członkowie O/PTH w Słupsku

Trzy lub cztery promy dla naszych armatorów powstaną w Gdańsku

PAP/BS
Polska

Pierwszy prom pasażersko-samochodowy ze zwiększoną przestrzenią ładunkową dla Polskiej Żeglugi Morskiej zacznie być budowany jeszcze w tym roku. Jest na to miliard złotych.

- Jednostka powinna być gotowa na przełomie 2024 i 2025 roku - poinformował wiceminister infrastruktury Marek Grąbarczyk.

Pierwszy transport blach do budowy statku przybył do gdańskiej Stoczni Remontowej im. Józefa Piłsudskiego, więc realizacja jest już w toku.

- Mamy potwierdzenie od prezesa stoczni oraz armatorów - PŻM (Polskiej Żeglugi Morskiej) i PŻB (Polskiej Żeglugi Bałtyckiej) - o terminowej realizacji przedsięwzięcia, czyli budowie promów - powiedział przedstawiciel resortu infrastruktury.

Grąbarczyk przypomniał, że kontrakt przewiduje opcję trzy plus jeden, czyli budowę trzech promów i ewentualnie czwartego. Odbiorcą pierwszego

i trzeciego ma być PŻM, drugiego - PŻB.

Promy będą budowane dla spółki Polskie Promy, której udziałowcami są Skarb Państwa i PŻM, przez Gdańską Stocznę Remontową za pośrednictwem spółki celowej Remontowa Ropax Sp. z o.o.

- Według zapewnień stoczni prace spawalnicze mają na pewno rozpocząć się jeszcze w tym roku, z kolei pierwsza dostawa promu to przełom 2024-2025 roku - dodał wiceminister infrastruktury.

Umowa na budowę promów została zawarta w listopadzie 2021 roku, a w grudniu spółka Polskie Promy otrzymała miliard złotych dekapitalizowania - w tym 650 milionów złotych ze strony Skarbu Państwa, który objął nowe udziały w spółce Polskie Promy; pozostała kwota to finansowanie dłużne dla spółki.

Każdy z promów typu ro-pax (pasażersko-samochodowych ze zwiększoną przestrzenią ładunkową), które powstaną, ma mieć 195,6 metra długości i 32,2 m szerokości. Długość linii ładunkowej, określającej możliwości przewo-

zowe danej jednostki, ma wynieść 4,1 tys. m, a prędkość maksymalna promów -19 węzłów.

Promem będzie mogło podróżować 400 pasażerów, załoga będzie liczyła 50 osób. ©



Każdy z promów typu ro-pax, które będą budowane w Gdańsku, ma mieć 195,6 metra długości i 32,2 m szerokości

FOT. PZB

REKLAMA

0410615150

Żeby zostać mistrzem świata



trzeba
najpierw zostać
mistrzem podwórka

ZGŁOŚ UTALENTOWANEGO, MŁODEGO
SPORTOWCA Z TWOJEJ OKOLICY.

i.PL

WYŚLIJ FILM NA
WWW.I.PL/MISTRZOWIE



Stocznia Remontowa im. Józefa Piłsudskiego w Gdańsku

FOT. DZIENNIK BAŁTYCKI

4-krotnie popraw jakość słyszenia i wyeliminuj szumy uszne

To małe urządzenie może zapewnić (^GIGANTYCZNĄ POPRAWĘ Cu słuchu nawet od 1. użycia!

To najskuteczniejszy sposób na wsparcie narządu słuchu, jaki w 2020 roku pojawił się na polskim rynku! Chcesz mieć wzorowy słuch bez pisków, szmerów i dudnienia w uchu? Załóż miniaturowy aparacik i jeszcze tego samego dnia: swobodnie rozmawiaj przez telefon, ciesz się telewizyjnym seansem bez podgłaśniania, jak dawniej zatańcz do ulubionej piosenki z radia. Dzięki miniaturowym rozmiarom urządzenia nikt nie zauważy różnicy w Twoim wyglądzie, za to Ty usłyszysz kolosalną różnicę w jakości dźwięku. Już od 1. założenia! Przeczytaj, jak możesz dostać darmowy egzemplarz błyskawicznego wzmacniacza słuchu.

AKCJA REFUNDACJA - puła produktów za 0 zł!

S^ piew ptaków za oknem, śmiech wnuczka w słuchawce telefonu, ukołchane melodie - jest tyle drobiazgów, które umilają życie... Od teraz możesz usłyszeć je nawet i koniec z sąsiedzkimi skargami z dużej odległości i bez zakłóceń. Pomoże Ci douszny „drobiazg” o wielkiej mocy. Audio-technologiczny cud już od 1. zastosowania pomaga wzmocnić odbierane dźwięki, wyeliminować szumy uszne i uwolnić od słabego słuchu.

ZAKŁÓCENIA SŁYSZENIA

WYŁĄCZ JE W 5 MINUT!

TÓPwzmacniacz słuchu nowej generacji:

- ✓ Błyskawicznie wzmacnia dźwięki otoczenia i podgłaśnia je do 82%
- ✓ Natychmiast separuje mowę ludzką od odgłosów tła
- ✓ Automatycznie blokuje szumy, dudnienia, piski i trzaski fantomowe
- ✓ Pomaga usłyszeć i rozróżnić pełen zakres i każdy rodzaj dźwięków - od szeptu do chóralnego śpiewu

Najlepszy domowy sposób na szybką poprawę słuchu

Zaburzenia słyszenia da się pokonać w każdym wieku. Szybko i dyskretnie! Może to potwierdzić już 127 453 Polaków korzystających z tego niezwykłego urządzenia. Aż 97/100 osób przyznaje, że odkąd stosuje foniczny hit, wreszcie uwolniło się od zawstydzających przesłyszeń. Ludzie stosujący wzmacniacz słuchu nie muszą już przerywać rozmów krępującym „Słucham?” czy „Powtórz”. Wśród użytkowników powyżej 60. roku życia szczególnie

cenione jest nawet 4-krotne wzmocnienie oraz wyostrenie dźwięków z telewizora, telefonu i radia oraz wyciszenie szumów usznych. Wystarczy jeden ruch włączający aparacik na dudniący odbiornik! Od teraz rozmowa telefoniczna z lekarzem, urzędnikiem czy konsultantem telewizji kablowej będzie autentyczną wygodą a nie stresem, że coś źle usłyszysz. Błyskawiczne wzmocnienie słuchu oraz wytłumienie irytujących szumów i trzasków to jednak tylko część zalet dyskretnego fono-korektora. Czy wiesz, dlaczego 15 kolejnych osób codziennie uznaje to miniaturowe urządzenie za swój absolutny niezbędnik?

„Foniatryczny hit, który sprawdzi się w każdym wieku”



Na rynku wzmacniaczy słuchu wreszcie mamy urządzenie na miarę technologii XXI wieku:

niewielkie i... inteligentne. Ten audio-wzmacniacz samoczynnie odróżnia mowę ludzką od zgiełku i szumu. Dopasowuje też swoją moc, by maksymalnie wyostreć dźwięki wydawane przez ludzi. Równocześnie bezbłędnie wykrywa kierunek, z którego dochodzą fale dźwiękowe. Np. wiesz, skąd nadjeżdża samochód i słyszysz, w jakiej jest odległości.

Marek Jarocki, ekspert laryngologii

Miniaturowe rozmiary - ogromne korzyści dla Ciebie

Ten kompaktowy audio-wzmacniacz bez problemu ujmiesz w 2 palce. Jednak odległość, z jakiej

zbiera dźwięki, sięga 1 500 kroków. **Oznacza to, że usłyszysz bez problemu:**

- ✓ Szept - do 2,5 m
- ✓ Szum wody z kranu - do 10 m
- ✓ Dialog - do 20 m
- ✓ Śpiew ptaków - do 300 m
- ✓ Ruch uliczny - do 0,7 km

Najlepszy wzmacniacz słuchu według ekspertów
MedicReporters!

Czysty i pełny zakres dźwięków? Nawet w 5 minut!

Zaawansowany wiek, przebywanie w hałasie, przebyte choroby - te wszystkie czynniki mogą stępić Twój słuch oraz wywoływać męczące szumy uszne. Ekspersi są zgodni: ten problem sam nie zniknie. Na szczęście współczesna nauka podsuwa Ci idealne rozwiązanie: małątki, prosty w obsłudze, dyskretny wzmacniacz słuchu, który zdołał już zażskarbić sobie uznanie ponad pół miliona Europejczyków. Pora na Ciebie! Zamów mini-korektor i już od 1. użycia czerp ze słyszenia maksymalną przyjemność.

„Wreszcie słyszę wszystko bez zakłóceń!”



Cieszę się doskonałym dźwiękiem za dnia oraz idealną ciszą w nocy! Ten aparacik w jedną chwilę wyłączył ogłuszający szum i „zwrócił” piękne dźwięki. Dziękuję!

Janina, 68 lat, Białystok

DYSKRECJA, LEKKOŚĆ, PROSTOTA

Taki jest BESTSELLEROWY wzmacniacz słuchu na rynku:

NIEMOOCNY - dzięki miniaturowym rozmiarom i kolorowi dopasowanemu do skóry pozostaje niezauważalny dla Twojego otoczenia

WYGODNY - opływowe kształty zapewniają pełen komfort noszenia, nawet przy podpieraniu głowy i leżeniu na boku

DOPASOWANY DO CIEBIE - 3 rozmiary nakładek gwarantują optymalne zamocowanie go w uchu. Nie wypadnie nawet przy bieganiu czy schylaniu się

HALO, ODBIERZ PREZENT!

KOMUNIKAT SPECJALNY: Zadzwoń jak najszybciej - masz szansę otrzymać audio-asystenta nowej generacji ze 100% refundacją od producenta. Nie musisz dosyłać żadnych zaświadczeń! Spiesz się, liczba darmowych urządzeń jest ograniczona.

„Tak dobrego słuchu nie miałam od 15 lat”



Dzięki temu wzmacniaczowi odzyskałam normalne życie. Znow z przyjemnością rozmawiam z sąsiadami

telefonuję, odbieram domofon, słyszę każdy dzwonek do drzwi. W nocy za to świetnie się wysypiam, bo szumy uszne zniknęły całkowicie.

Zofia, 65 lat, Gniezno

„Odzyskałem świetny słuch w 1 wieczór”



Nie zliczę, ile razy wywołałem panikę w rodzinie, bo bliscy nie mogli się do mnie dodzwonić. Cały czas bezpiecznie

siedziałem w mieszkaniu, tylko nie słyszałem telefonu. To małe audio-urządzenie rozwiązało problem. Z nim słyszę nawet, jak u sąsiada leci woda. Za to on wreszcie nie słyszy mego telewizora.

Zbigniew, 76 lat, Radom

Regulamin - rglnmncjpk.com

ZADZWOŃ I ZAMÓW PRODUKT DO PRZETESTOWANIA ZA DARMO!

Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 12.10.2022 r., otrzyma 100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA.

Zadzwoń: **89 650 14 59**

SYBKA pon. - pt. 08:00-20:00, sob. 08:00-20:00.
WYSYŁKA! Zwykle połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

IET

Włączenie okupowanych terenów do Rosji i przymusowe wcielenia Ukraińców do armii?

PAP
redakcja@polskapress.pl

Kreml może ogłosić włączenie okupowanych obszarów Ukrainy do Rosji w okolicach 1 października i przymusowo wciąć ukraińskich cywilów do wojska - ocenia amerykański ISW.

-W takim przypadku rosyjskie ministerstwo obrony prawdopodobnie uwzględni mieszkańców tych terytoriów w rozpoczynającym się wówczas cyklu poborowym, rozszerzając przymusową mobilizację w Rosji również na Ukraińców - twierdzą eksperci think tanku Instytut Studiów nad Wojną.

Ukraińscy cywile nie spełniają formalnych kryteriów „częściowej mobilizacji” ogłoszonej przez Kreml, ponieważ praktycznie żaden z tych, którzy są w odpowiednim wieku, nie ma raczej doświadczenia w rosyjskiej armii. Jednak jako „obywatele rosyjscy”, wszyscy mężczyźni w wieku 18-27 lat na anektowanych terenach byłoby zgodnie z rosyjskim



FOT. STRINGER/AP/EAST NEWS

Według ocen ekspertów około 1 października Putin może ogłosić włączenie okupowanych terenów do Rosji

prawem zagrożeni mobilizacją.

Rosyjscy urzędnicy powołali już ukraińskich obywateli do walki przeciwko Ukrainie. Rosyjskie władze na okupowanym Krymie twierdziły, że zmobilizowano 2 tys. mężczyzn, a ISW informował wcze-

śniej, że władze okupacyjne przymusowo wciąły do wojska mniejsze liczby Ukraińców z wszystkich okupowanych obszarów.

Tymczasem w Rosji policja tłumi coraz bardziej liczne protesty przeciwko przymusowej mobilizacji. W niedzielę takie

demonstracje odbywały się w co najmniej 35 miejscowościach, a w poniedziałek - w co najmniej 10 miejscowościach. W Jakucku policja zatrzymała kilkaset protestujących kobiet, a w Dagestanie oddała strzały ostrzegawcze. W Petersburgu aresztowano studenta, który

usiłował podpalić znak związany z wojskową komendą uzupełnień. W internecie pojawiło się również nagranie, na którym nieznany mężczyzna próbuje podpalić jeden z punktów mobilizacji.

Część mężczyzn dokonywała samookaleczeń, by uniknąć mobilizacji, a w obwodzie riazańskim jeden z Rosjan podpalił się. W obwodzie irkuckim na Syberii jeden z mężczyzn przeciwnych mobilizacji postrzelił przewodniczącego lokalnej komisji wojskowej - przypomina ISW.

Kreml stara się wytłumaczyć z problemów związanych z mobilizacją i usiłuje zrzucić winę na pojedynczych urzędników, ale Rosjanie widzą Wędy „wszędzie wokół siebie”.

- Pogwałcenia prawa i reguł mobilizacji są tak powszechne, że wiadomości o nich nie muszą nawet trafiać do mediów społecznościowych, by ludzie się o nich dowiedzieli - ocenia think tank.

- Kreml stoi przed trudnym zadaniem, próbując uspokoić Rosjan, a jednocześnie zmobi-

lizować wystarczającą liczbę mężczyzn, by dalej walczyć (...). Putin będzie musiał naprawić (lub stworzyć przekonujące pozory, że naprawił) biurokrację mobilizacyjną rozciągającą się na 11 stref czasowych, jednocześnie sprawiając, że ustalone przez niego cele ilościowe zostaną spełnione dla wsparcia wysiłku wojennego. Te imperatywy najpewniej wykluczają się nawzajem w krótkim okresie - twierdzą analitycy.

Tymczasem według niepotwierdzonych doniesień ukraińskie siły zbrojne zniszczyły rosyjski punkt dowodzenia i szkolenia na Mierzei Kinburskiej, z którego kontrolowano ataki irańskimi dronami na ukraińskie miasta. Według tych doniesień w ukraińskim uderzeniu miało zginąć około 40 Rosjan oraz około 20 hańczyków, którzy szkolili rosyjskich żołnierzy w obsłudze dronów. - Ukraińskie władze nie potwierdziły tego ataku, a ISW nie jest w stanie niezależnie zweryfikować tych informacji - zaznaczono w raporcie.

REKLAMA

ITIKWPf



PRE
COP
27

18-19 PAŹDZIERNIKA 2022
KATOWICE, MIĘDZYNARODOWE
CENTRUM KONGRESOWE

ZAREJESTRUJ SIĘ

www.pr.ecop.pl

Dwudniowe wydarzenie poprzedzające
Szczyt Klimatyczny ONZ COP27 w Egipcie

W programie:

- Zielony zwrot w świecie energii
- Gospodarka Obiegu Zamkniętego
- ESG - czas dla odpowiedzialnych
- Biznes wobec zielonej rewolucji
- Zielone budownictwo
- Miasta dla klimatu i wiele innych

AGENDA:



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Zimne stopy i ręce:
to może być objaw
choroby

Zimne dłonie i stopy najczę-
ściej są efektem wychłodze-
nia organizmu i towarzyszą
nam szczególnie zimą, gdy

przebywamy długo na mroź-
nym powietrzu. Jednak nie-
które osoby, nawet przy do-
datnich temperaturach, mają
lodowate dłonie i zmarznięte
stopy. Taka sytuacja może
wiązać się z zaburzeniami
krążenia i być wynikiem groź-
nej choroby.

ZA TYDZIEŃ:

- Pierwsze objawy cukrzycy
typu 2. Napiszemy o tym, jak
rozpoznać tę chorobę i jaką
stosować dietę.
- Choroba afektywna dwu-
biegunowa: Jak pomóc oso-
bie z dwubiegunówką?



FOT. 123RF

Udar mózgu po przebudzeniu. Objawy, które muszą zaalarmować!

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

**Udar we śnie, nazywany też
udarem po przebudzeniu
lub porannym, dotyka 1 na 5
pacjentów z udarem mózgu.
Kto jest szczególnie zagro-
zony i jakie objawy powinny
zaalarmować?**

Tej sytuacji obawiają się
zwłaszcza osoby z chorobami
układu krążenia. Czym jest
tzw. „wake-up stroke”, jakie
grupy osób są nim szczególnie
zagrożone i w jakich godzinach
najczęściej do niego dochodzi.
Warto wiedzieć, jak rozpoznać
objawy udaru i szybko udzielić
pomocy, by ratować życie
i zdrowie chorego.

Czym jest udar? To nagły
problem wymagający natych-
miastowej pomocy medycy-
nej. Niestety, ten zagrażający
życiu incydent kardiologiczny
może wydarzyć się w dowol-
nym momencie, również pod-
czas snu. Według różnych ba-
dań ma to miejsce w 8-28 proc.
udarów, a w źródłach polskich
podaje się, że jest to ok. 20
proc. pacjentów z udarem mó-
zgu.

Możliwe jest obudzenie się
z objawami udaru mózgu
wskutek tego, że wydarzył się
on podczas snu. W takiej sytu-
acji czasem mówi się o „wake-
up stroke”, czyli udarze wybu-
dzającym, albo też porannym.

Kiedy nadchodzi wake-up stroke?

Jak wyjaśniają specjaliści,
pod względem medycznym
wybudzający udar nie różni się
niczym od zwykłego udaru,
jednak może mieć o wiele groź-
niejsze skutki w związku
z opóźnieniami w uzyskaniu
pomocy.

W przypadku osoby, która
kładzie się spać z normalnym
samopoczuciem i budzi
z symptomami udaru, nie wiado-
mo, kiedy miał on miejsce.

Chociaż według nowych
doniesień wake-up stroke za-
chodzi tuż przed przebudze-
niem, niezmiennie dla pa-
cjenta liczy się każda minuta.
Czas na udzielenie skutecznej



Udar we śnie, nazywany też udarem po przebudzeniu lub porannym, dotyka 1 na 5 pacjentów z udarem mózgu

pomocy to zaledwie 4,5 go-
dziny, a z każdą chwilą stan pa-
cjenta się pogarsza.

Jej szybkie udzielenie decy-
duje o zdrowiu i życiu osoby
z udarem, ponieważ wiąże się
on z zaburzeniem dopływu
krwi do mózgu i powoduje
bezwzględne obumieranie ko-
mórek nerwowych.

Do rozwoju tej sytuacji
może dojść na skutek zabloko-
wania dopływu krwi (jest to
postać niedokrwiennej, która
stanowi większość przypad-
ków) lub pęknięcia naczynia
krwionośnego i wycieku krwi
(wylew krwi do mózgu, który
stanowi ok. 13 procent uda-
rów).

Jak wynika ze statystyk,
udar we śnie zwykle stwierd-
zane są począwszy od go-
dziny 6 rano. W godzinach po-
czerwonych do udaru najczęściej
dochodzi około 8:30.

Kto jest najbardziej zagrożony?

Chociaż udary po przebu-
dzeniu mają praktycznie takie
same przyczyny i mechanizm,
co udary występujące o innych
porach, w badaniach udało się
ustalić, że są częstsze u pew-
nych grup ludzi.

Przyczyną, dla której udary
mogą zachodzić we śnie, są
okołodobowe zmiany w orga-
nizmie dotyczące pracy serca,
ciśnienia krwi i jej krzepnięcia.
Dlatego wake-up stroke może
być większym zagrożeniem dla

**Udary we śnie zwykle
stwierdzane są po-
cząwszy od godziny 6
rano. Rano do udaru
najczęściej dochodzi
około godz. 8.30**

osób z zaburzeniami dotyczą-
cymi wymienionych kwestii.

Jak dotąd ustalono, że wy-
stąpieniu wake-up stroke
sprzyjają:

- migotanie przedsionków
serca - częstsze występowanie
epizodów migotania przed-
sionków serca stwierdza się
z samego rana
- skoki ciśnienia krwi - udary
we śnie częściej dotyczą osób
z dużymi porannymi waha-
niami skurczowego ciśnienia
krwi (o 40-60 mm Hg), które
najczęściej wynikają ze sztyw-
ności naczyń krwionośnych
z powodu ich chorób; u osób
zdrowych poranne ciśnienie
jest wyższe tylko o 20-25 mm
Hg
- zaburzenia snu, zwłaszcza
związane z obturacyjnym bez-
dechem sennym - choć doty-
czy to udarów ogółem, w jed-
nym z badań wykazano jed-

nak, że pacjenci doznający po-
rannego udaru częściej należą
do osób chrapiących (90,5 pro-
cent) niż ci, u których mają one
miejsce podczas czuwania (70
procent)

- złe wyniki lipidogramu -
czynnikiem ryzyka udaru jest
wysoki poziom cholesterolu
we krwi. Natomiast według
niektórych badań osoby prze-
żywające ten wybudzający
udar mają zdecydowanie gor-
sze profile lipidowe niż te,
które uratowano po innego ro-
dzaju udarze

- nadciśnienie tętnicze - ten
ogólny czynnik ryzyka udaru
jest szczególnie związany
z występowaniem podczas snu
udar niedokrwiennej mó-
zgu
- palenie tytoniu - zwiększa
ryzyko udaru, a u osób dosta-
jących go we śnie dotyczy to
szczególnie udaru będącego

skutkiem wylewu krwi do mó-
zgu,

- wiek - ryzyko wystąpienia
udar rośnie wraz z wiekiem
i choć najczęściej dotyczy osób
mających ok. 70 lat, w jednym
z badań ten we śnie u większej
liczby pacjentów miał miejsce
nieco później, w 72. roku życia.
W innym osoby przeżywające
wybudzający udar były znacz-
nie młodsze niż te, które wyra-
towano z udaru podczas czu-
wania.

Udar podczas snu częściej
występuje w jego fazie REM,
czyli gwałtownych ruchów ga-
łek ocznych, kiedy najczęściej
śnimy.

Alarmujące objawy

Udar wymaga szybkiego
rozpoznania, a to jest możliwe
na podstawie objawów. Są one
charakterystyczne i dość łatwe
do rozpoznania, ponieważ czę-
sto dotyczą tylko połowy ciała.

Do najczęstszych objawów
udar, w tym również wake-
up stroke, należą:

- zaburzenia lub utrata widze-
nia,
- niewyraźna mowa,
- osłabienie mięśni kończyn
po jednej stronie ciała,
- opadanie kącika oka lub ust,
zwiotczenie połowy twarzy,
- ból i zawroty głowy,
- dezorientacja.

Rzadko pojawiają się zabu-
rzenia czucia, inkontynencja
moczowa, czkawka, problemy
z koordynacją czy objawy po-
dobne do demencji.

Leczenie, które przywraca
krążenie w mózgu po udarze
niedokrwiennej, polega
na dożylnym podaniu leku
trombolitycznego w postaci
tkaninowego aktywatora pla-
zminogenu (tPA). Leku nie
wolno podawać w przypadku
wylewu krwi do mózgu,
przy którym u pacjenta musi
zostać obniżone ciśnienie krwi.
W pierwszej kolejności ko-
nieczne jest więc ustalenie
typu wylewu, co dodatkowo
przedłuża oczekiwanie na le-
czenie.

Dlatego też w przypadku za-
uważenia objawów udaru dzia-
łaj szybko i wezwij pomoc!

Bez przerwy zimne ręce i stopy? To może być objaw poważniejszych schorzeń



Chłód sprawia, że naczynia krwionośne w rękach i stopach zwężają się, co prowadzi do ich niedokrwienia. Na skutek wychłodzenia zmniejsza się przepływ krwi w kończynach, a zwiększa w obrębie tułowia. Czasem to objaw choroby

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Niektóre osoby, nawet przy dodatnich temperaturach, mają lodowate dłonie i zmarzniete stopy. Taka sytuacja może wiązać się z zaburzeniami krążenia i być wynikiem groźnej choroby.

Zimne dłonie i stopy czasem mogą mieć prozaiczne przyczyny. Zwykle są objawem wychłodzenia organizmu i towarzyszą nam w okresie jesienno-zimowym. Chłód sprawia, że naczynia krwionośne w rękach i stopach zwężają się, co prowadzi do ich niedokrwienia. Na skutek wychłodzenia zmniejsza się przepływ krwi w kończynach, a zwiększa w obrębie tułowia. Jest to mechanizm obronny, którego zadaniem jest utrzymanie w odpowiedniej temperaturze najważniejszych narządów, takich jak serce, wątroba czy płuca, i ochrona ich przed wychłodzeniem, które może doprowadzić do upośledzenia ich funkcji.

Takie dolegliwości mogą być także skutkiem noszenia zbyt ciasnych skarpetek czy zegarka, które zaburzają prawidłowy przepływ krwi, co prowadzi do niedotlenienia kończyn. Jeśli po zdjęciu skarpetek masz odciski od ściągaczy lub po odpięciu zegarka na ręku zostaje ślad od paska, to znaczy, że są one zbyt ciasne. Wypróbuj

skarpetki bezuciskowe, a pasek od zegarka zapinaj luźniej, tak aby między nim a ręką mieścił się twój palec wskazujący.

Uczucie zimna oraz lodowate dłonie i stopy mogą być także wynikiem stresu i silnych reakcji emocjonalnych. W sytuacji stresowej organizm reaguje podobnie jak przy niskiej temperaturze, ogranicza dopływ krwi do kończyn, a zwiększa do narządów wewnętrznych i mózgu. Jest to reakcja obronna, stres wyzwala mechanizm „walki i ucieczki”, w czasie którego następuje wyrzut adrenaliny i zmiana przepływu krwi. Dlatego, gdy się denerwujemy, może być nam zimno i mamy zmarzniete dłonie i stopy.

Często osoby pracujące przy komputerze mają lodowate dłonie i zmarzniete stopy, ponieważ przebywają one długo w jednej pozycji, co zaburza prawidłowy przepływ krwi w kończynach. Pracując w taki sposób, dobrze jest więc robić sobie co godzinę pięciominutową przerwę i odchodzić od komputera.

W czasie pracy natomiast lepiej nie zakładać nogi na nogę, ponieważ taka pozycja blokuje dopływ krwi do nog.

Problemy jako objaw choroby

Główną przyczyną zimnych dłoni i stóp są problemy z krążeniem krwi, które mogą

być wynikiem wychłodzenia i ustępować po rozgrzaniu się lub są symptomem, choroby. Jeśli rozgrzewanie dłoni np. za pomocą termoforu czy masażu nie przynosi efektów lub działa tylko na chwilę, a przez większość czasu ręce i nogi są lodowate, najprawdopodobniej wskazuje to na rozwój choroby i powinno być skonsultowane z lekarzem. Do schorzeń, które mogą zaburzać krążenie krwi w kończynach, należą:

- zakrzepica żył głębokich - w jej przebiegu w żyłach i tętnicach tworzą się skrzepy, które utrudniają przepływ krwi. Mogą się one oderwać i przepłynąć do serca lub płuc, co może doprowadzić nawet do śmierci,
- miażdżyca-podobnie jak zakrzepica, prowadzi do zwężenia naczyń krwionośnych, jednak w tym przypadku na skutek odkładania się w nich złogów tłuszczowych,
- cukrzyca-powoduje zmniejszone krążenie krwi, a nieleczona może doprowadzić do groźnego powikłania, jakim jest neuropatia cukrzycowa, w przebiegu której zostają uszkodzone nerwy i następuje skurcz naczyń krwionośnych, co objawia się uczuciem zimna szczególnie w krańcowych częściach ciała, takich jak kończyny,
- nerwica - zimne dłonie i stopy to również objaw tej

choroby, który ma związek z reakcją na stres,

- niedoczynność tarczycy - hormony mają wpływ na termoregulację organizmu, czyli utrzymanie odpowiedniej ciepłoty ciała. Jeśli ich wytwarzanie jest zaburzone, może objawiać się to zwiększoną nietolerancją zimna,
- niedokrwistość z niedoboru żelaza - niedobór niektórych składników mineralnych może powodować uczucie wychłodzenia i prowadzić do marznięcia stóp i dłoni. Niedobór żelaza powoduje zmniejszenie liczby erytrocytów, czyli czerwonych krwinek, które transportują tlen. W wyniku tego dochodzi do niedotlenienia tkanek i silnego odczuwania zimna,
- zespół cieśni nadgarstka - często dotyczy osób pracujących przy komputerze i jest to zaburzenie związane z uciskiem na nerw pośrodkowy, na skutek czego dochodzi do zaburzonego przepływu krwi w nadgarstku i niedokrwienia dłoni, co objawia się uczuciem zimna,
- zespół Raynauda - to nagły skurcz tętnic doprowadzających krew do dłoni, który występuje głównie pod wpływem zimna lub stresu. Objawia się zmianą koloru palców, które najpierw bledną i sinieją, a następnie robią się czerwone. Towarzyszy temu również drętwienie i pulsowanie. Objawy ustępują po rozgrzaniu dłoni.

Ciepłe skarpety nie tylko na rozgrzewkę. Poprawiają jakość snu i dodadzą energii w dzień

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Warto zadbać, by stopy miały ciepło, a nie będziemy liczyć baranów przed snem. Dlaczego warto spać w skarpetkach?

Wprawdzie nie wszyscy to lubią, ale cierpiąc z powodu wiecznie zimnych stóp, warto przekonać się do spania w skarpetkach w chłodniejszych miesiącach roku. Oprócz regulacji temperatury ciała i ułatwiania zasypiania, zakładanie skarpetek do snu może przynieść również inne korzyści dla zdrowia. Spanie w skarpetkach m.in.:

- Zapobiega skurczom nóg - ciepłe nogi i stopy są rozluźnione, co niweluje ryzyko wystąpienia bolesnych skurczów nóg i łydek.
- Zmniejsza uderzenia gorąca - w czasie menopauzy u kobiet następują znaczne wahania poziomów hormonów, co sprawia, że organizm nie jest w stanie odpowiednio regulować temperatury, w efekcie czego dochodzi do jego przegrzania, co objawia się występowaniem

uderzeń gorąca. Zakładanie skarpetek pomaga regulować temperaturę ciała i zapobiega nadmiernemu przegrzaniu.

- Ułatwia osiągnięcie orgazmu - według badania z 2005 roku zakładanie skarpetek na noc zwiększyło zdolność uczestników do osiągnięcia orgazmu o 30 procent. Prawdopodobnie ma to związek z rozszerzaniem naczyń krwionośnych, co również zwiększa ukrwienie narządów płciowych. Poza tym zimne stopy partnera zniechęcają do podjęcia współżycia i obniżają napięcie seksualne.
- Pielęgnuje stopy - zakładanie skarpetek po nawilżeniu stóp kremem pielęgnuje skórę i zapobiega pękaniu pięt.
- Łagodzi objawy choroby Raynauda - to schorzenie polegające na obkurczaniu się naczyń krwionośnych pod wpływem niskiej temperatury lub stresu. W dotkniętych chorobą obszarach ciała, zwykle w dłoniach i stopach ustaje krążenie, a palce bledną, drętwieją i pulsują. Noszenie skarpetek na noc pomaga zapobiegać napadom choroby.

Naturalne sposoby, by się rozgrzać. Warto zafundować sobie dawkę ruchu i termofor

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Jak rozgrzać zimne dłonie i stopy? Warto zafundować sobie proste, ale skuteczne sposoby. I regulację je stosować.

W przypadku wyziębienia dłoni i stóp wywołanego stresem czy pracą przy komputerze pomoże dawka mchu, czyli wykonanie nawet prostego krążenia dłońmi czy stopami lub przejście się po ciepłej herbatę, która również rozgrzeje cały organizm i zmarzniete dłonie.

Na co dzień warto również pamiętać o wykonywaniu ćwiczeń o umiarkowanej intensywności, takich jak aerobik, nordic walking czy pływanie. Stopy rozgrzeją tak nie tylko ciepłe skarpetki lub kapcie, bardzo pomocny też będzie termofor.

W sklepach, aptekach lub drogeriach dostępne są również kremy z masy rozgrzewające, zawierające naturalne składniki poprawiające mikrokążenie krwi, takie jak chilli, imbir, cynamon. Dłonie i stopy rozgrzeje również ma-

saż lub ciepła kąpiel. Dobrym sposobem są także sole do stóp - pielęgnują, ale także - ze względu na niektóre dodatki, jak wspomniany cynamon - rozgrzewają.

Można także sięgnąć po sole lecznicze, dostępne w aptece i warto zapytać o nie farmaceutę.

Jeśli te sposoby nie są wystarczające, można także sięgnąć po suplementy diety zawierające rutozyd, diosminę i hesperydynę, które wzmacniają naczynia krwionośne i działają na nie ochronnie.



Stopy rozgrzeją kąpiele z olejkami o takich właściwościach i masaż

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

ZDROWIE KOBIET

Na na czym polega badanie cytologiczne?

Cytologia, czyli po prostu wymaz z szyjki macicy, jest jednym z podstawowych badań przesiewowych u kobiet. Pozwala ono przede wszystkim na wczesne wykrycie ewentualnych stanów przednowotworowych oraz nowotworowych szyjki macicy. Dzięki temu można zatem określić, czy dana kobieta należy do grupy ryzyka zachorowania właśnie na raka szyjki macicy.

Badanie cytologiczne jest bezbolesne oraz całkowicie bezpieczne. Polega ono na pobraniu wymazu cytologicznego komórek z szyjki macicy, a następnie na dokonaniu ich oceny mikroskopowej. Rozmaz może zostać pobrany przez lekarza ginekologa lub przez położną.

Kiedy się wykonuje cytologię?

Badanie cytologiczne jest przede wszystkim wykorzystywane w profilaktyce raka szyjki macicy. Dlatego też powinny je wykonywać wszystkie kobiety w wieku rozrodczym, w tym również nastolatki, które rozpoczęły już współżycie seksualne.

Cytologię powinno się wykonywać raz w roku, chyba że została wykonana na podłożu płynnym, gdyż wówczas można poddać się następnemu badaniu po 2 latach. Kobiety po 30. roku życia, u których trzy kolejne wyniki cytologii były prawidłowe, mogą być badane co 2-3 lata.

Dlaczego to badanie jest tak ważne? Ponieważ dzięki niemu możliwe jest wykrycie wszelkich zmian o podłożu nowotworowym,

a także zakażeń wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV). A zakażenie nim jest ściśle związane z powstawaniem raka szyjki macicy.

Oprócz tego badanie cytologiczne jest także wykonywane u kobiet, u których konieczne jest kontrolowanie rezultatów leczenia zachowawczego oraz operacyjnego nadżerki szyjki macicy.

Zbadanie stanu nabłonka pochwy, a także zweryfikowanie skuteczności przyjmowanych preparatów hormonalnych. Ponadto: wskazanie terminu owulacji oraz trwania fazy cyklu, zdiagnozowanie chorób dróg rodnych, gdy u pacjentki pojawiają się ich objawy.

Cytologia jest również wykonywana dwukrotnie u kobiet w ciąży, w I oraz m trzymestrze.

Bez problemu wykonywane jest także to badanie u młodych kobiet, które nie współżyły, nie należy się go obawiać. Z względu na budowę błony dziewiczej: ma kształt półksiężyca

i nie zarasta wejścia do pochwy.

Jak się przygotować do cytologii?

Badanie cytologiczne nie jest wykonywane w trakcie miesiączki. Aby wyniki były wiarygodne, nie powinno się pobierać rozmazu do 4 dni od ostatniego dnia miesiączki,



ani na 4 dni przed przewidywanym rozpoczęciem krwawienia menstruacyjnego. Wielu lekarzy wskazuje, iż najlepszym czasem na wykonanie cytologii jest 10-18 dzień cyklu pacjentki.

Przed wizytą w gabinecie lekarskim nie powinno się także współżyć przez około 24-48 godzin.

Natomiast na przynajmniej 4 dni przed badaniem nie powinno się stosować żadnych leków dopochwowych. Warto pamiętać, że jeśli pacjentka podejrzewa u siebie infekcję intymną, cytologia powinna być zrobiona dopiero po jej wyleczeniu.

Gdzie najlepiej wykonać cytologię?

Cytologię możemy wykonać w każdym gabinecie ginekologicznym. Każda kobieta ubezpieczona w Narodowym Funduszu Zdrowia może sko-

rzystać z bezpłatnych badań przesiewowych, wykonywanych w ramach Programu Profilaktyki Raka Szyjki Macicy.

Jego najważniejszym założeniem jest zmniejszenie zachorowalności oraz umieralności kobiet w naszym kraju na tę chorobę, a także zwiększenie świadomości na temat raka szyjki macicy wśród Polek.

Bezpłatne badanie cytologiczne obejmuje kobiety zdrowe nieodczuwające żadnych dolegliwości pomiędzy 25 a 59 rokiem życia.

Każda ubezpieczona kobieta w tym przedziale wiekowym, może zgłosić się na darmową cytologię co 3 lata.

Natomiast pacjentki, które ukończyły już 59 lat, mają możliwość skorzystania z tego typu badania w ramach porady specjalistycznej. (PD)

Fitoestrogeny: cenne dla kobiecego zdrowia i urody. Gdzie ich szukać?

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka@polskapress.pl

Produkcja hormonów maleje z wiekiem i zwłaszcza u pań pojawiają się uciążliwe objawy ich niedoborów. Aby im przeciwdziałać i zmniejszać ich nasilenie, warto jeść żywność bogatą w fitoestrogeny.

Fitoestrogeny to roślinne związki o działaniu wspomagającym gospodarkę hormonalną, poprawiają nie tylko wygląd skóry, nastrój, poziom energii i metabolizm, ale przede wszystkim jakość życia.

Czym są roślinne estrogeny i jak działają?

Już w okolicy czterdziestki można mieć pierwsze objawy menopauzy. Na szczęście istnieją związki, które korzystnie działają na hamowanie jej objawów. Są to fitoestrogeny, które mają podobną strukturę i wiążą się z tymi samymi receptorami, co estrogeny wewnętrzne. Wyniki badań sugerują jednak, że choć ich działanie nie jest w pełni wyjaśnione, na pewno nie wpływają na poziom hormonów w organizmie, a jedynie łagodzą objawy ich niedoborów.

Uważa się, że to właśnie fitoestrogeny są tym, co chroni przed ciężkimi objawami me-



Warto jeść produkty, które przedłużają kobiecą młodość. Zawierają roślinne estrogeny i są polecane na menopauzę. Tych fitoestrogenów nie trzeba się bać

nopauzy. Najwięcej tych związków zawiera soja, choć nie bez znaczenia jest też wysokie spożycie obfitującego w lignany sezamu.

Wysokie stężenie estrogenów w organizmie pozwala zachować młodość, począwszy od jedności i nawilżenia skóry oraz rzeźby ciała, poprzez szczupłą sylwetkę

i mocne kości, po sprawność seksualną, libido czy dobry nastrój.

Fitoestrogeny pełnią też rolę antyoksydacyjną, hamując związane ze starzeniem się stany zapalne i procesy niszczenia tkanek. Pełnią więc ważną rolę profilaktyczną w sytuacji, gdy zmiana gospodarki hormonalnej zaczyna

sprzysiać chorobom cywilizacyjnym.

Jak sprawić, by fitohormony były skuteczne?

Roślinne estrogeny z soi mogą pomóc w łagodzeniu dolegliwości okołomenopauzalnych u co 4. lub nawet co 2. kobiety, które mają ich niski

poziom w związku z przekwitaniem. U takiej części populacji można bowiem znaleźć w organizmie specyficzne bakterie jelitowe, które rozkładają izoflawony sojowe do jeszcze silniej działającego związku o nazwie equol. Terapeutyczna dawka izoflawonów w diecie jest zawarta w dziennej porcji ok. 200 g tofu lub 100 g tempehu.

Czym jest E412?

To, czy organizm wytwarza cenny equol, w ogromnej mierze zależy jednak od składu diety. Wykazano m.in., że sprzyja temu menu wegetariańskie - wśród osób unikających mięsa korzystny związek wykrywany jest u 59 proc. z nich. Dla porównania, jego obecność stwierdza się tylko u 25 proc. mięsożerców.

Możliwe, że spożywanie naturalnie fermentowanych produktów sojowych, takich jak tempeh, miso i natto, przysparza organizmowi pożądanego drobnoustroju. Źródłem korzystnych mikroorganizmów są także probiotyczne suplementy diety, o których coraz częściej mówi się, że powinny być uzupełnieniem każdego współczesnego jadłospisu.

W badaniach wykazano ponadto ochronny wpływ fitoestrogenów, nie tylko w stosunku do objawów klimakte-

rium, ale także rozwoju chorób serca, osteopenii i osteoporozy.

Ważne jednak, by spożywać naturalne produkty zamiast wyciągów, czy tym bardziej izolowanych związków w tabletkach i kapsułkach.

Co istotne, suplementy zawierające izoflawony sojowe (głównie genisteinę i daidzeinę) nie są wskazane w przypadku raka piersi lub historii tej choroby, a także w ciąży i okresie karmienia dziecka piersią.

Najlepsze źródła fitoestrogenów - polecane produkty

Dieta po czterdziestce powinna zawierać jak najwięcej, a przynajmniej przewagę produktów roślinnych. To one zapewniają bogactwo przeciwutleniaczy, a wśród nich aktywne fitozwiązki.

Polecane źródła fitoestrogenów w kobiecej diecie obejmują wiele zdrowych i smacznych produktów, które warto włączyć do codziennej diety. Są to produkty należące do następujących grup:

Nasiona oleiste: siewki lniane, sezam, czarnuszka, migdały, pestki słonecznika, orzechy włoskie.

Przetwory sojowe: tempeh, tofu, miso, edamame, czyli niedojrzałe nasiona soi, mleczko sojowe.

Jestem fanką wyspanej twarzy a żeby twarz była w y s p a n a , muszę spać 10-11 godzin

Maryla Rodowicz w „Dzień Dobry TVN” Fot. Anna Kaczmarz



Z ŻYCIA GWIAZD W TELEWIZJI

Sebastian Fabijański ma poważną relację
Aktor rozstał się na początku roku z blogerką modową Maffashion. Od tamtej pory paparazzi śledzili go, by odkryć, czy ma nową sympatię. I udało się: „Fakt” opublikował zdjęcia, na których Sebastian Fabijański całuje się z koleżanką po fachu - Anną Marią Sieklucką. „Oboje traktują tę relację poważnie” - podkreśla informator gazety.



Natasza Urbańska o dobrych ocenach
Wokalistka wychowuje z Januszem Józefowiczem córkę Kasię. Wszystko wskazuje, że dziewczynka pójdzie w ślady mamy, bo tańczy i śpiewa. - Zawsze z mężem powtarzamy jej, że na pierwszym miejscu musi stawiać naukę. Jeśli oceny będzie miała dobre, może dalej rozwijać pasję - podkreśla Urbańska w „Na Żywo”.

Antoni Królikowski ma swojego anioła
Rok temu aktor ożenił się z koleżanką po fachu - Joanną Opozdą. Mimo iż para doczekała się dziecka, małżeństwo skończyło się po kilku miesiącach. Niebawem paparazzi przyłapali Królikowskiego z nową partnerką. Teraz aktor opowiedział o niej w „Party”. - Nie jestem osobą publiczną, a wręcz stoni od show-biznesu i skupia na własnych celach. Jest moim aniołem. Jestem jej wdzięczny za każdy dzień, bo trwa przy mnie, a nie miała i nie ma lekko - twierdzi. **GZL**
Fot. Krystian Dobuszyński



Wyścig
Stopklatka, 20:00
Historia dramatycznego i ekscytującego pojedynku, który stoczyli ze sobą w 1975 roku kierowcy Formuły 1 - Anglik James Hunt (Chris Hemsworth) z teamu McLaren i Austriak Niki Lauda (Daniel Brühl) jeżdżący dla Ferrari...

Kręta Diamentowa Droga
Planete+ HD, 21:00
Dokumentalne śledztwo ujawnia mroczne praktyki w kręgu wyznawców buddyzmu. Widzowie będą mogli zobaczyć inne oblicze tej religii - nadużycia władzy, despotyzm, pedofilię i gromadzenie dóbr materialnych.

Everest
TVN 7, 21:35
Historia jednej z najtragiczniejszych wypraw na Mount Everest. Ośmiu himalaistów pod przewodnictwem Roba Halla w 1996 r. próbowało zmierzyć się z ekstremalnymi warunkami i dotrzeć na szczyt najwyższej góry świata. Czekala ich walka z zimmem, nawałnicami i własnymi słabościami. Walka o tlen i o przetrwanie.

Lion. Droga do domu
TVP 1, 22:15
Opowieść oparta na prawdziwych wydarzeniach. 5-latek gubi się na ulicach Kalkuty, tysiące kilometrów od domu. Los zdanego na siebie dziecka odменя para Australijczyków. 25 lat później bohater wyrusza na poszukiwanie utraconej rodziny.

KRZYŻÓWKA NR 150

- Poziomo:**
- grecki bohater wojny trojańskiej,
 - nabór ochotników do wojska,
 - pokój w wiejskiej chacie,
 - „Biały ...”, powieść Jacka Londona,
 - kosmetyk do malowania rzęs,
 - informacyjne przy autostradzie,
 - jeden z przywódców rewolucji francuskiej,
 - głęboka, wzburzona woda, otchlań,
 - uczeń szkoły wojskowej,
 - miasto w Górnej Austrii,
 - twórca sztuki lub powieści,
 - drobny gryzoń polny,
 - wartka w sensacyjnym filmie,
 - drzewo liściaste, np. brzość,
 - do robienia grzanek, toster,
 - krążek kielbasy myśliwskiej,
 - wielkie zadowolenie, uciecha,
 - mogila w kształcie kopca,
 - Wyspawy lub Żywiecki,
 - w połączeniu z praktyką,
 - kablowe lub telewizyjne,
 - dietetyczna potrawa z ryżu,
 - Dorota „Doda”, polska piosenkarka.
- Pionowo:**
- subtelna wzmianka, przytyk,
 - miasto w Australii, stolica Tasmanii,
 - słodką polewa na ciastkach,
 - konsekwencja w działaniu, nieugiętość,
 - materiał na podpinkę,
 - drzewo z białą korą,
 - chorobliwa bezsilność, osłabienie,
 - odcinek taśmy filmowej,
 - miejsce pobytu Adama i Ewy,
 - uchylenie się przed ciosem,
 - Nowy Świat w Warszawie,
 - hazardowa gra w karty,
 - dołatek do kiszonych ogórków,
 - owad żyjący w pobliżu wód,
 - ... w dom, Bóg w dom,
 - ma fajki i szablę,
 - średniowieczny śpiewak, wagan,
 - mały z dużej chmury,
 - do wiercenia otworów,
 - rzeka przepływająca przez Chelm,
 - mityczny posłaniec greckich bogów,
 - opiekunka do dzieci, piasunka.

1		2		3		4			5			6		7		8
						9										
				10		11			12	13						
14						15						16				
				17					18							
19	20		21			22						23	24		25	
						26						27				
28						29							30			
31		32		33								34	35		36	37
38												39				
40													41			
						42										

W prenumeracie z Tele Magazynem i

94 340 1114

HOROSKOP

Wodnik (20.01-18.02)
Horoskop dzienny zapowiada, że odkryjesz w sobie talent, którego posiadanie mocno zaskoczy przede wszystkim Twoich bliskich.

Ryby (19.02-20.03)
Twoje relacje z otoczeniem będą układać się wyjątkowo poprawnie. Horoskop na dziś wróży, że ta harmonia dostarczy Ci sporo satysfakcji...

Baran (21.03 -19.04)
Energii i wręcz chęci przenoszenia gór będzie Ci można dzisiaj tylko pozazdrościć. Horoskop dzienny na środę mówi, że wiele osiągniesz.

Byk (20.04-20.05)
Trudno będzie dzisiaj przekonać Cię do zmiany obrazu kierunku. Horoskop dzienny wróży, że nie uda się to nawet Twoim bliskim.

Bliźnięta (21.05-21.06)
Warto czasami obstawać przy swoim zdaniu. Horoskop na dziś wyraźnie zapowiada, że Twoja konsekwencja zostanie wynagrodzona.

Rak (22.06-22.07)
Wejdiesz w spór z osobą, która rzadko jest w stanie przyznać innym rację. Horoskop dzienny na środę mówi, że skończy się to awanturą.

Lew (23.07-22.08)
Doświadczysz dzisiaj drobnego niepowodzenia, ale horoskop dzienny uspokaja, że konsekwencje nie będą zbyt dolegliwe. Głowa do góry!

Panna (23.08-22.09)
Horoskop na dziś wyraźnie zapowiada, że słabo będzie wychodziło Ci zjednywanie sojuszników do podejmowania wspólnych działań.

Waga (23.09-22.10)
Odkryjesz, że ktoś z grona znajomych nadużył Twojego zaufania. Horoskop dzienny na środę mówi, że relacje między Wami pogorszą się.

Skorpion (23.10-21.11)
Nie pozwalaj nikomu wpływać na podejmowane przez siebie decyzje. Horoskop dzienny ostrzega, że uległość może Cię sporo kosztować.

Strzelec (22.11-21.12)
Staniesz przed trudnym wyborem. Horoskop na dziś to wskazówka, by przed podjęciem ostatecznej decyzji skonsultować się z bliskimi.

Koziorożec (22.12 -19.01)
Wszystkie podejmowane przez Ciebie zadania będą przynosić oczekiwane efekty. Horoskop dzienny na środę zapowiada udany dzień.

Sztuka trzymania za rękę, chwilę przed końcem

Alicja Polewska
Polska

Podobno kiedyś wielki aktor sir Laurence Olivier zapytał zdyszanego Dustina Hoffmana (grali w „Maratończyku”), dlaczego tak się męczysz, biegając, przecież wystarczy zagrać ten wysilek...

To samo pewnie mógłby usłyszeć Dawid Ogrodnik, gdyby ktokolwiek odważył się temu niesamowitemu aktorowi zadać pytania: po diabła użyłeś 30 kg, niszczyłeś oczy, wkładając okulary grubości denka butelki (-17 dioptrii), dewastowałeś stawy, powłóczęczając nogą i sepleniłeś jak Jan? Przecież wystarczyło zagrać. Nie!

Tego, co pokazuje w filmie „Johnny” Ogrodnik, nie da się zagrać. Dawid stał się ks. Janem Kaczkowskim - takim, jakim on był przez ostatnie lata swojego życia, z wszystkimi blaskami i cieniami. Dawid to Jan jeden do jednego. Tam na ekranie, ale ponoć był nim cały czas w trakcie kręcenia filmu - nie wychodził z roli. Tak potrafią tylko najwięksi, tytani kina i to widać od razu na ekranie.



Robert Kijak (producent). Daniel Jaroszek (reżyser). Piotr Trojan (Patrik), Maciej Kraszewski (scenariusz), Adam Gudell (Moderator Inwestycje) i Małgorzata Dysarz (MI)

Podczas polskiej prapremiery „Johnny’ego” reżyser filmu Daniel Jaroszek opowiadał, że kiedy pierwszego dnia przyszło ekipie kręcić od razu „na pełnej petardzie” - cytując Jana - zaczęli od sceny umierania pana Józefa. Ten obraz boli, jakbołało odcho-

o sobie i Janie) złapał pana Józefa za drugą rękę... I zrobiło się coś, czego nikt nie umiałam nawet nazwać. Po 20 minutach - klaps. Dawid wypadł na zewnątrz i się rozsypał, Piotr - płakał, a cała ekipa rosnących facetów miała łzy w oczach, po papierosy sięgnęli d, którzy od lat nie palili.

Łzawa historyjka? Nic z tego! To jest film twarzy. Niesamowitych, w zbliżeniu, potarganych

przez żyde. Z wszystkimi emocjami. Zdjęda (Michał Dąbał) są bliskie, nie ma prawie szerokich kadrów. Także wtedy, kiedy patrzymy na inną śmierć - Hanni (Maria Pakulnis). I znowu wszystko kryje się w ostatnim dotknięciu dłoni, choćby przez sen, na wpół nieświadomie.

Jan też odchodzi z ręką matki (niezwykle subtelna Anna Dymna; ks. Kaczkowski mawiał,

że jest Anną Dymną Północy) na czołe. Bo wszystko, co możemy dać u kresu to właśnie dotyk i czas. Wspólny.

Jan jest w tym filmie bohaterem centralnym, Patryk - głównym, ale nad nimi jest bohater niewymowny - życie u kresu i to, co my potrafimy u tego kresu zrobić. A najczęściej uciekamy.

Ten film doceniła publiczność podczas festiwalu w Gdyni - Piotr Trojan wyjechał z nagrodą za główną rolę męską. Dla mnie cudem jest pani Jadzia z hospicyjnej kuchni (Grażyna Bułka). Nie miała właściwie nic do zagrania, miała być epizodem, a zbudowała postać. Jan miał umrzeć, a zbudował hospicjum wbrew czerwonemu koledze, jak nazywa abp. Głódzia ojciec (Witold Dębicki jako Ziuk), ateista i człowieka - Patrika, którego poznał, kiedy ten został w ramach przerwy

To film rodzinny. Może nie na poranek, ale październikowe popołudnie - po spacerze, kiedy rozmawialiście, że za chwilę 1 listopada

w odsiadce skierowany do hospicjum na prace społeczne.

Daniel Jaroszek wcześniej nie miał do czynienia z filmem fabularnym, kręcił reklamy, ale może właśnie to sprawia, że „Johnny” jest tak świeży w spojrzeniu zza kamery - reżyser nie bał się płynnych przejść między aktorami a autentycznymi postaciami, które odtwarzali - słynna już scena wnamio-

cie Akademii Sztuk Pięknych na Woodstocku czy sprawdzający smak potraw Piotr Trojan zmieniający się w autentycznego Patrika, a wszystko to dzieje się w restauracji tego drugiego na Helu.

Osobną warstwę stanowi muzyka (Michał Kaush), niepokojąca, niestroniąca od standardów, jak choćby tych w wykonaniu Dawida Podsiadło.

Znajoma bała się tego filmu, tak niedawno pożegnała bliskie osoby. Popłynęły łzy, ale powiedziała, że dobrze jest powiedzieć sobie: śmierć jest, nie da rady jej pominąć w swoim planie.

„Zamiast ciągle na coś czekać, zacznij żyć właśnie dziś. Jest o wiele później, niż d się wydaje” - ks. Jan Kaczkowski.ą

„Johnny’ego” można zobaczyć w kinach w całej Polsce. ©

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 3512

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 3473512

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

Oddział Szczecin: Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 914813 310

Nieruchomości

MIESZKANIA-KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie do remontu lub zadłużone. Słupsk, 604236391

LOKALE UŻYTKOWE - DO WYNAJĘCIA

HAU 100m Koszalin, 606614218.

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany 535-480-794.

POŚREDNICTWO

0010382225

OMEGA WYCENY OBRÓT

ŚLUPSK, UL. STARZYŃSKIEGO 11
tel. 59 841 44 20;
601 654 572;
www.nieruchomosci.slupsk.pl
omega@nieruchomosci.slupsk.pl

Handlowe

SPORT I REKREACJA

ROWERY używane różne 508-436-420.

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

KIA Carens, 2006r. benz +gaz, przebieg 300tys. minivan 533-080-050.

OSOBOWE KUPIĘ

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

AUTO skup wszystkie 695-640-611

Praca

ZATRUDNIĘ

KIEROWCĘ kat. B., ok. Stuttgartu, tel. 0049 1778306707

NAWIĄŻEMY współpracę z lektorami i nauczycielami j. obcych oraz ze studentami kierunków filologii obcojęzycznej. Koszalin, 602 436 415, 943463315.

NIEMCY: murarz, cieśla, malarz, pomocnik, elektryk, spawacz: 730011300

PRACA dodatkowa -Chalupnictwo bez opłat wstępnych tel. 94 7170 900

ZATRUDNIMY EKSPEDIENTKĘ DO SKLEPU. 9-17

KOSZALIN 94 3422660

Zdrowie

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

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

PRALKI Naprawa w domu. 603775878

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINOWANIE bezpyłowe 502302147

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

USŁ. łazienki, hydraulika 696498391.

INSTALACYJNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

PORZĄDKOWE

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

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

ZAPISY na choinki po 50 zł i stroisz

IOZl kg z dowozem 604990412

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

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

PLODY ROLNE

ZIEMNIAKI jadalne. Słupsk, 694122332

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI odchowane 784 461566

REKLAMA 0010624702

Spółka Restrukturyzacji i Konsumentów Sp. z o.o. („Syndyk”), która wyznaczona została syndykiem masy upadłości Janusza Grzanki („Upadły”) -osoby fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej,

ogłasza konkurs ofert na sprzedaż z wolnej ręki należącego do Upadłego udziału w wysokości 1/4 w prawie własności nieruchomości gruntowej

Podstawowym kryterium przy wyborze oferenta jest wysokość zaoferowanej ceny. Celem konkursu jest wyłonienie nabywcy określonego niżej przedmiotu sprzedaży. Przedmiotem sprzedaży jest udział w wysokości 1/4 w prawie własności nieruchomości gruntowej, położonej w miejscowości Bucznina, gmina Świdwin, objętej księgą wieczystą nr K02B/00016866/5, prowadzoną przez Sąd Rejonowy w Białogardzie, VI Zamiejscowy Wydział Ksiąg Wieczystych w Świdwinie, zwany dalej: „przedmiotem sprzedaży” lub „Nieruchomością”.

Cena wywoławcza wynosi: 6.291,00 zł (sześć tysięcy dwieście dziewięćdziesiąt jeden złotych, 00/100)

Warunkiem uczestnictwa w konkursie jest wpłacenie przez oferenta na rachunek bankowy masy upadłości: Restrukturyzacji i Konsumentów sp. z o.o., ul. Grunwaldzka 2A, 32-500 Chrzanów, w ING Bank Śląski S.A., nr 88 1050 1445 1000 0090 3222 1070, wadium w wysokości 10%, ceny wywoławczej, tj. kwoty 629,10 zł (sześćset dwadzieścia dziewięć złotych, 10/100), najpóźniej w terminie do dnia **13.10.2022 r.** (z dopiskiem: „wadium konkurs ofert-VIII GUP 384/21/S”). Za datę wpływu uważa się dzień uznania kwoty na rachunku bankowym. Wpłacone wadium zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia Nieruchomości.

Warunkiem przystąpienia do konkursu jest złożenie oferty osobiście w biurze Syndyka: 32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2A, drogą pocztową lub kurierem w terminie do dnia **13.10.2022 r. do godz. 14.00.** W przypadku wysłania oferty drogą pocztową lub kurierem o zachowaniu terminu składania oferty decyduje data wpływu do biura Syndyka.

Oferta wraz z wymaganymi dokumentami powinna zostać złożona w zapieczętowanej kopercie z czytelnym napisem: „OFERTA sygn. akt VIII GUP 384/21/S - KONKURS OFERT UDZIAŁ W NIERUCHOMOŚCI”, zaadresowanej na adres biura Syndyka (32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2A).

Otwarcie ofert nastąpi w kancelarii notarialnej-Kancelaria Notarialna Andrzej Sebastyanika, Łukasz Pastuszka Spółka cywilna w Chrzanowie przy al. Henryka 25 w dniu 14.10.2022 r. o godz. 9:00.

Zastrzeżeniem uprawnień Sędziego-komisarza, Syndyk ma prawo swobodnego wyboru oferty, a także, w dowolnym momencie, do odstąpienia od konkursu lub jego unieważnienia w całości lub w części bez podania przyczyny, nadto Syndyk ma prawo w dowolnym momencie do unieważnienia wyniku konkursu lub odstąpienia od wyboru oferty bez podania przyczyny. Ogłoszenie, a także warunki konkursu (Regulamin konkursu) mogą zostać przez Syndyka zmienione lub odwołane na każdym etapie konkursu bez podania przyczyny. Wadium wniesione przez oferentów, których oferta nie została wybrana, podlega zwrotowi bez odsetek w terminie siedmiu dni od dnia rozstrzygnięcia konkursu. Wszystkie koszty związane z nabyciem Nieruchomości ponosi nabywca. Rękojmia za wady prawne i fizyczne przedmiotu sprzedaży jest wyłączona. Pozostałe wymogi dotyczące oferty oraz bardziej szczegółowe informacje na temat konkursu ofert znajdują się w Regulaminie konkursu ofert.

Ze stanem prawnym przedmiotu sprzedaży, jego opisem i oszacowaniem wraz z dokumentacją związaną z Nieruchomością oraz Regulaminem konkursu ofert, można się zapoznać i uzyskać dodatkowe informacje w biurze Syndyka pod adresem: 32-500 Chrzanów, ul. Grunwaldzka 2A, w dni robocze w godz. 800-1400, tel. kontaktowy: 727 667 676 lub pod adresem e-mail: biuro@konsumentki.pl

Poczuj ten jazz! Wielkie nuty, uznani artyści i sporo luzu

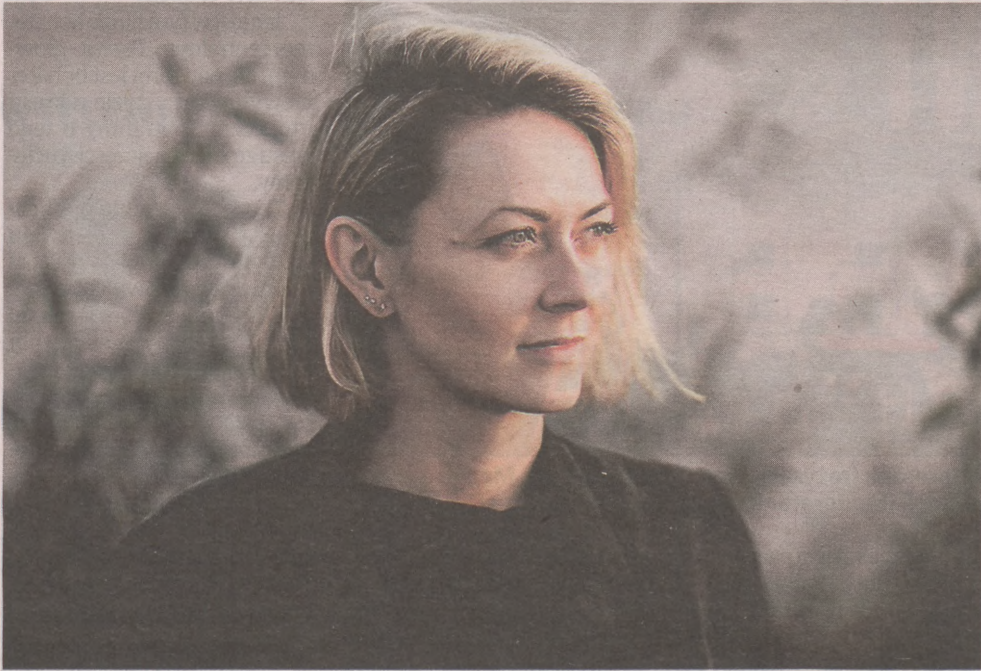
Joanna Krężelewska
Koszalin

Koncerty, warsztaty i klimatyczne jam session - od 29 września do 1 października odbędzie się 17. edycja Hanza Jazz Festiwalu. Na scenie m.in. Ida Zalewska Quartet i Marcin Wasilewski Trio.

Muzyczna jesień w Koszalinie od lat rozpoczyna się od jazzowego kołysania. Siedemnasta odsłona Hanza Jazz Festiwalu - to już mała tradycja - rozpoczęła się 23 września koncertem zapowiadającym wydarzenie. W jazzowe klimaty wprowadził słuchaczy Tomasz Chyła Quintet, gdańska formacja, która przebojem szturmuje nie tylko rodzimą scenę jazzową. A co będzie teraz?

W tym roku na program Hanyzy złożą się cztery wydarzenia. Jutro, 29 września, o godz. 19 w sali widowiskowej Centrum Kultury 105 zagra Ida Zalewska Quartet (bilety 25 zł).

Ida Zalewska ma na koncie trzy albumy: „As Sung by Billie Holiday”, na którym śpiewa swoje interpretacje utworów legendarnej Lady Day, autorską płytę „Storytelling” z kompozycjami Kuby Płużka, Jerzego Małka i Bogdana Hołowni oraz wydaną pod koniec 2021 r. płytę „Lush Life”, nagrałą w duecie z pianistą Kubą Płużkiem.



Wokalistka Ida Zalewska wystąpi w Koszalinie z pianistą Kubą Płużkiem, kontrabasistą Michałem Jarosem i perkusistą Maksymilianem Olszewskim

Dzień później o godz. 19 na scenie CK 105 (wstęp wolny) zaprezentują się Groove Department (Niemcy) i Givataim Big Band (Izrael). Groove Department to zespół ośmiu młodych muzyków grających bluesa, ska i jazz, znanych z wielokulturowego groove'u. Liderem zespołu jest Undine Barge. Givataim Big Band to 16-osobowa formacja, wykonuje tradycyjny jazz autorstwa czołowych kompozytorów, takich jak Dizzy Gillespie, Lee Morgan,

Duke Ellington, Bobby Timmons. O godz. 22 rozpocznie się jam session w klubie „Plastelina”. Wstęp wolny.

Finał imprezy będzie 1 października. O godz. 19 w sali widowiskowej CK 105 wystąpi Marcin Wasilewski Trio (bilety 50 zł). Zespół łączy wielką jazzową tradycję i nowoczesność w kluczowej dla współczesnego jazzu i także ogromnie wymagającej formule fortepianowego trio, a jednocześnie potrafi znaleźć w jej obrę-

bie swój własny rozpoznawalny głos. To także jeden z najbardziej konsekwentnie rozwijających się zespołów polskiej sceny, otwarty na inspiracje otaczającą ich muzyką i przekuwający je we własny język muzycznej wypowiedzi. Uznawany jest za jedną z najwybitniejszych i unikatowych formacji jazzowych swojego pokolenia, cieszy się uznaniem zarówno na scenie krajowej, jak i zagranicznej. ©

Muzyczny hołd dla bohaterów wojennych

Małgorzata Klimczak
Szczecin

Filharmonia zaprasza na koncert „Liszt i Panufnik”. Dyrygować będzie Mikhail Agrest, a na fortepianie zagra Theodosia Ntokou.

Koncert rozpocznie się słynną „Uwerturą bohaterską” Andrzeja Panufnika (1914-1991). Utwór ten powstał tuż po wybuchu II wojny światowej i jest wyrazem marzenia kompozytora o zwycięstwie Polski w walce z Niemcami, a także hołdem dla odwagi obrońców naszej ojczyzny.

Następnie zabrzmie Koncert fortepianowy nr 1 Es-dur Franciszka Liszta w wykonaniu znakomitej pianistki Theodosii Ntokou, niezwykle utalentowanej wirtuozki, protegowanej wielkiej Marthy Argerich,

z którą nagrała wspólnie album z muzyką Beethovena. Koncert Es-dur powstał przez... 26 lat! Szkice głównych tematów Liszt stworzył w 1830 roku, mając zaledwie 19 lat, tymczasem oficjalna premiera dzieła odbyła się dopiero w 1855 roku.

Drugą część wieczoru wypełni Symfonia nr 3 Borysa Łotoszyńskiego (1894-1968), ukraińskiego kompozytora, dyrygenta i pedagoga. Ostatnia część utworu, ukończonego w 1951 roku, została opatrzona tytułem „Pokój zwycięży wojnę”.

Orkiestrę poprowadzi maestro Mikhail Agrest, znany ze swoich znakomitych interpretacji wielkich dzieł symfonicznych i operowych na scenach m.in. w Metropolitan Opera, Teatru Maryjskiego czy Royal Opera House w Londynie.

Koncert będzie w piątek, 30 września o godz. 19. ©



Theodosia Ntokou jest grecką pianistką klasyczną, jej mentorkę jest legendarna Martha Argerich

POGODA

Krzysztof Ścibor
Biuro Calvus,
Środa

Pogoda dla Pomorza

Prognoza dla Bałtyku
Stan morza (Bft). 3-4
Siła wiatru (Bft) 4-5
Kierunek wiatru sw

Pogoda dla Polski

	Dzisiaj	Jutro
Gdańsk	14°	13°
Kraków	15°	15°
Lublin	14°	14°
Olsztyn	13°	12°
Poznań	14°	12°
Toruń	13°	12°
Wrocław	15°	14°
Warszawa	14°	13°
Karpacz	14°	13°
Ustrzyki Dolne	13°	14°
Zakopane	12°	11°

Legenda:
☀ pogodnie zachmurzenie umiarkowane
☁ cięgiły deszcz cięgiły deszcz i burza przelotny śnieg
☁ mgła i marnąca mgła *śliska droga
☁ przelotny deszcz
☁ przelotne deszcze i burza ☁ pochmurno
☁ cięgiły śnieg . j* przelotny śnieg z deszczem . -> cięgiły śnieg z deszczem
☁ marnąca mżawka
☁ marnący deszcz i zanieczyszczenia śnieżna . opad gradu i kierunek i prędkość wiatru

19°
j temp. w dzień EEfij temp. w nocy 15° temp. w nocy 112 cm grubość pokrywy śnieżnej 10h hPa f ciśnienie i tendencja <>2 smog

Trudne dziedzictwo zapisane w (liniach

Małgorzata Klimczak
Szczecin

Jutro rusza cykl Filmowe Dni Dziedzictwa z ZFF Pomierania Film w zamku.

W czwartek, 29 września o godz. 17.30 obejrzymy film „Święto”. Jego tematem jest wolność (już w pierwszej scenie widzimy bohaterów stojących pod wielkim napisem „Wolność”). Ale czy może być

wolna osoba z niepełnosprawnościami, która pozostaje pod czyjąś opieką prawną?

O godz. 19.30 film „Pacyfikacja Stoczni Szczecińskiej 15 grudnia 1981 r.”. 15 grudnia 2021 r. obchodziliśmy 40. rocznicę pacyfikacji Stoczni podczas stanu wojennego. Bohaterowie opowiadający historię to działacze „Solidarności”, byli pracownicy stoczni, ale i byli wojskowi oraz milicjanci. ©

PIŁKA NOŻNAJAK POLACY DOCENIAJĄ ROBERTA LEWANDOWSKIEGO, NAJLEPSZEGO PIŁKARZA W NASZEJ HISTORII?

Ulice, murale, tablice „Lewego”

Jacek Czapiewski
redakcja@polskapress.pl

Sprawdziliśmy, w jaki sposób my-Polacy odwdzięczamy się Robertowi Lewandowskiemu za jego poświęcenie. Już może poszczycić się odznaczeniami, ulicą własnego imienia, a nawet serią monet

Cztery lata temu, tuż przed mistrzostwami świata, do obiegu trafił znaczek pocztowy z podobizną Lewandowskiego o nominalnej 6 złotych. Nakład wyniósł 5 mln sztuk. - Poczta już w okresie międzywojennym upamiętniała na znaczkach polskich sportowców, takich jak Halina Konopacka czy Janusz Kusociński. Kontynuujemy tę tradycję - stwierdził wtedy Tomasz Dąbrowski, członek Zarządu Poczty Polskiej.

A to nie wszystko. Spektakularny sukces sprzedażowy osiągnęła pierwsza moneta z serii „Droga do marzeń” z wizerunkiem Roberta. Błyskawicznie wyprzedził się cały nakład „Talentu”, czyli pierwszego ele-

mentu kolekcji, którą Mennica Gdańska przygotowała, żeby uhonorować dokonania kapitana reprezentacji Polski. Kibice, inwestorzy i kolekcjonerzy wykupili 3 tysiące dwuuncjowych monet ze srebra o próbie 999 oraz 200 monet kilogramowych. Monety będzie już można nabyć jedynie na rynku wtórnym. Warto dodać, że w dniu premiery (marzec 2022) moneta „Talent” 2 oz kosztowała 799 zł, adziś jej wartość 2499 zł. Za cięższą monetę trzeba było zapłacić 14 999 zł. Te kwoty nie odstraszyły jednak kupców, którzy błyskawicznie skorzystali z okazji.

W ramach serii „Robert Lewandowski, Droga do marzeń”, przedstawiającej historię futbolowej kariery polskiego napastnika, do 2028 roku mają pojawić się kolejne części serii: „Zwyczajca” w 2023 r., „Rekordzista” w 2024 r., „Król strzelców” w 2025 r., „Kapitan” w 2026 r., „Najlepszy piłkarz” w 2027 r. oraz „Mistrz” w 2028 r.

Lewy to honorowy obywatel Leszna - tego podwarszaw-



Robert Lewandowski jak mało który inny Polak dba o pozytywny wizerunek Polski na świecie. Rodacy w całym kraju są dumni z jego osiągnięć i wyczynów

skiego. Dwa lata temu na ścianach Leszna pojawił się mural z wizerunkiem Roberta Lewandowskiego. To piękna inspiracja dla młodych adeptów, z Bayemem Monachium. W Lesznie Lewandowski chodził do szkoły i zaczynał przy-

zerunki Roberta: młodego godę ze sportem. - To są cenne tamtejszej Szkoły Podstawowej im. Stefana Batoro odso- Roberta, świętującego zdobycie syn się wychował - przypomniało jego mural. To piękna in- upragnionej Ligi Mistrzów mniałapodczas ceremonii odso- nięda muralu jego mama, Iwona, bo pod hasłem „podażaj za marzeniami” ukazały się dwa wi- dził do szkoły i zaczynał przy- niany na różne sposoby przez

polityków i samych kibiców. Najcenniejsze odznaczenie odebrał 22 marca zeszłego roku z rąk prezydenta Andrzeja Dudy, który przyznał mu Krzyż Komandorski Orderem Odrodzenia Polski za „wybitne osiągnięcia sportowe, promowanie Polski na arenie międzynarodowej”.

Gdzie pani/pan mieszka? A ja mieszkam przy ulicy Roberta Lewandowskiego! Tak od pięciu lat mogą odpowiadać niektórzy mieszkańcy Kuźni Raciborskiej (województwo śląskie), bo właśnie tam przemianowano ulicę Generała Karola Świerczewskiego na nazwisko naszego najlepszego piłkarza. Pomogła w tym ustawa dekomunizacyjna.

We wrześniu, tuż przed meczem z Holandią w Lidze Narodów, odsłonięto tablicę z odlanymi stopami „Lewego”. Mieści się w szczególnym miejscu: obok pomnika Kazimierza Górskiego i tablic innych wybitnych polskich piłkarzy oraz trenerów, w ramach Alei Gwiazd Piłki Nożnej na PGE Narodowym w Warszawie, na którym nasz kapitan strzelił wiele arcyważnych goli.

„Piłkarskie Orły”. Duży ścisk w czołówce

Jakub Lisowski
sport@gs24.pl

PIŁKA NOŻNA. Weekendowe mecze w m lidze przyniosły zmiany w klasyfikacji strzelców Pomorza Zachodniego. Mamy czterech liderów. Czy tak już pozostanie?

Przypomnijmy główne założenia konkursu: ranking „Piłkarskie Orły” będzie wyłaniał najlepszego Strzelca miesiąca zarówno w skali ogólnopolskiej, jak i w poszczególnych województwach, a także najlepszą strzelczynię miesiąca w skali całej Polski. Pod uwagę brane są gole strzelone w roku kalendarzowym przez piłkarzy i piłkarki występujące w polskich klubach na poziomie Ekstraklasy, Ekstraligi, I, II i III ligi, w Pucharze Polski oraz w europejskich pucharach. W zależności od klasy rozgrywkowej, zdo-

byte gole zostaną pomnożone przez odpowiedni współczynnik dla poszczególnych klas. Dla Ekstraklasy i Ekstraligi kobiet x2, dla I ligi xi,75, dla II ligi xi,5, dla III ligi xi, w Pucharze Polski x2, a w europejskich pucharach x2,5.

W rankingu obejmującym całą Polskę liderem jest Mikael Ishak z Lecha Poznań, który w ostatnich tygodniach zdobył pięć bramek, a to daje mu 11,5 punktów. Za nim są dwaj piłkarze pierwszoligowej Arki Gdynia - Karol Czubak (7,25) i Ahmad Omran Haydary (7). W rywalizacji krajowej strzelczyń przewodzi Agata Sobkowicz (ROW Rybnik). Drugoligowa zawodniczka zdobyła we wrześniu już 9 bramek i ma 13,5 punktów. Za nią jest Anna Pietraszewska (III liga, KP Bydgoszcz) oraz Klaudia Jedlińska i Dominika Kopińska (ekstraklasa, obie UKS SMS Łódź).

W pierwszym notowaniu „Piłkarskich Orłów”, za sierpień, wygraną podzielił duet Kotwicy, Grzegorz Gonczarz i Paweł Łysiak.

W regionalnym rankingu za wrzesień długo samodzielnym liderem był Kamil Kort z drugoligowej Kotwicy Kołobrzeg, ale młody pomocnik w ostatni weekend nie poprawił dorobku, bo jego zespół miał przegrany mecz. Podobnie było w przypadku piłkarzy ekstraklasowej Pogoni Szczecin. Portowcy odpoczywali, bo swoje spotkania w Lidze Narodów rozgrywała reprezentacja Polski.

Okazję wykorzystali za to trzecioligowcy. Błękitni Stargard w weekend zremisowali 2:2 z Sokołem w Kleczewie. Bramki strzelali: Konrad Friska i Damian Niedojad. Pierwszy zdobył swojego drugiego gola we wrześniu i jest w czołówce.



Adam Ładziak we wrześniowych meczach III ligi zdobył już trzy bramki. Wszystkie z rzutów karnych

Za to Niedojad trafił do siatki po raz trzeci i dogonił Kortę.

Świt Szczecin wygrał 3:2 w Jarocinie. Pierwszą bramkę strzelił Szymon Kapelus, drugą Adam Ładziak, a trzecią Jędrzej Kujawa.

Kapelusz trafił po raz trzeci w tym miesiącu i wszystkie bramki zdobywał z gry. Za to Adam Ładziak też ma na koncie trzy gole, ale wszystkie uzyskane z rzutów karnych. Nie ma jednak w plebiscycie różnicy, czy strzelane ze stałych fragmentów gry czy z akcji. Punkty są te same. To oznacza, że teraz na pozycji lidera jest czterech zawodników: Kamil Kort, Damian Niedojad, Adam Ładziak i Szymon Kapelus.

Zwycięzcy plebiscytu jeszcze jednak nie możemy ogłosić, bo w piątek - 30 września - swój mecz rozegrają świtowcy.



RANKING



PATRONAT HONOROWY



PARTNER MERYTORYCZNY



SPORT

www.sportowy24.pl

Doskonała dyspozycja Gryfitów, rewelacyjna Iga

JUDO. Bardzo udane występy zaliczyli reprezentanci Towarzystwa Sportowego Judo Gryf Słupsk w Żukowie.

W XII Turnieju Judo o Puchar Burmistrza Gminy Żukowo walczyło 500 polskich zawodniczek i zawodników. Poza Polakami była jeszcze obecna 22-osobowa reprezentacja Irlandii. Bardzo dobrze spisali się przedstawiciele (dotyczy dziewcząt i chłopców) Towarzystwa Sportowego Judo Gryf Słupsk, którzy zaprezentowali duże umiejętności i ogromne zaangażowanie w każdej walce. Słupszczanie stawali siedemnaście razy na podium. W klasyfikacji drużynowej Słupsk uplasował się na piątym miejscu.

W grupie dzieci młodszych (roczniki 2011-2012) bezkonkurencyjna była Iga Kawalek (48 kg), która wywalczyła pierwszą lokatę. Słupszczanka wygrała wszystkie pojedynki przed czasem, walcząc również z chłopcami. W tej samej grupie wiekowej bardzo dzielnie walczył Michał Milewski (30 kg), dla którego był to pierwszy start wyjazdowy. Gryfita bez kompleksów rywalizował z bardziej doświadczonymi rywalami. Ostatecznie M. Milewski zajął trzecie miejsce.

W stawce dzieci starszych (2009-2010) w kategorii do 67 kg w świetnej dyspozycji byli Antoni Żuk i Maciej Jerszyński. Obaj słupszczanie wygrali swoje walki eliminacyjne i o złoty medal stoczyli brat-

bójczy pojedynek. W finale lepszy okazał się M. Jerszyński.

W kategorii młodzików pierwsze miejsca i złote medale wywalczyli: Weronika Urbania (57 kg) i Jakub Martyna (55 kg).

Miejsca pozostałych słupszczan: dzieci młodsze (2011-2012) -1. Kamil Jędrzejczak (39 kg), 3. Michał Kliatskov (32 kg), Wojciech Słomski (34 kg), Aleksander Rawski (48 kg), Marcin Gwiżdż (50 kg), 5. Artur Heimrath (41 kg); dzieci starsze (2009-2010) -1. Kuba Pacewicz (53 kg), 3. Michał Kurek (41 kg); 5. Ilya Kliatskov (41 kg); młodzicy (2007-2008) - 2. Julia Gorzkowska (52 kg), Mateusz Woś (55 kg), Szymon Marciniak (42 kg), 3. Anna Pacewicz (44 kg), **(fen)**



Iga Kawalek ze swoimi trofeami

PIŁKA NOŻNA

Puchar Polski Dziś rozegrane zostaną mecze 4. rundy na szczeblu Podokręgu Słupskiego. Pary: godz. 15 - Pomorze Potęgowo - Sparta Sycevice, Skotawia Dębica Kaszubska - Bytovia Bytów, Myśliwiec Tuchomie - Gryf Słupsk, Start Miastko - Pogoń Lębork; godz. 16 - Gryf II Słupsk - Jantar Ustka (ul. Zielona), KS Damnica - Anioły Garczegorze. Czarni Czarne i Garbaria Kępice awansowały bez gry po wycofaniu rywali, **(fen)**

PIŁKA NOŻNA

Dokończyli kolejkę W ostatnim meczu 10. kolejki IV ligi AS Kolbudy przegrała z Chojniczanką II 0:2. Zwycięzcy zajmują drugą lokatę w tabeli (30 pkt, bramki 30-7). Drużyna z Kolbud jest na 18. pozycji (5 pkt, 14-26). Aktualne miejsca zespołów z Podokręgu Słupskiego: 3. Anioły Garczegorze (24 pkt), 5. Sparta Sycevice (19 pkt), 10. Gryf Słupsk (13 pkt), 12. Pogoń Lębork (12 pkt), 16. Bytovia Bytów (8 pkt), 20. Jantar Ustka (4 pkt). **(fen)**

Ozłocoła lęborszanka

Krzysztof Niekrasz
krzysztof.niekrasz@polskapress.pl

STRZELECTWO. Sukces w międzywojewódzkich mistrzostwach młodzików zanotowała Adrianna Pakieła z lidera Amicusa Lębork. Była pierwsza.

Na strzelnicy bydgoskiego Zawiszy rywalizowało blisko 100 zawodników i zawodniczek w najmłodszej kategorii wiekowej z czterech województw (zachodniopomorskie, pomorskie, kujawsko-pomorskie i warmińsko-mazurskie). Klub z Lęborka reprezentowało sześć strzelczyń. Bardzo dobrze spisała się Adrianna Pakieła, która w pistolecie pneumatycznym z wynikiem 358 punktów zdobyła złoty medal. Drugie miejsce zajęła Milena Kaługa (Tarcza Goleniów) - 355



Dumna Adrianna Pakieła na podium z numerem jeden

pkt, atrzede - Helena Włazik (Za- Aleksandra Stole, która z wynisza Bydgoszcz)-354pkt. W tej kiem 399,7 pkt wywalczyła samej konkurencji inna lęborszanka Sandra Sarnowska była tych młodziczek z Lęborka: 7. jedenasta (328 pkt).

Nadia Szaula (393,8 pkt), 9- Julia W karabinie sportowym 40 Dąbrowska (387,5 pkt), 10. Julita strzałów leżąc dobrze wypadła Jankowska (386,9 pkt). W kara-

binie pneumatycznym A. Stole była siódma (386,2 pkt), N. Szaula - dziewiąta (381,7 pkt), J. Jankowska - jedenasta (374,8 pkt), Julia Dąbrowska - dwunasta (373,8pkt). W klasyfikacji klubowej Lider Amicus zajął drugie miejsce za Zawiszą Bydgoszcz, a przed Tarczą Goleniów.

Międzywojewódzkimi mistrzostwami młodzików klub z Lęborka zakończył starty w zawodach objętych współzawodnictwem sportowym dzieci i młodzieży. W2022r. Lider Amicus zdobył łącznie 100 pkt. Ten dorobek jest jednym z lepszych w historii lęborskiego klubu.

W2022 r. Lidera Amicusa czekają jeszcze dwa ważne starty. Na przełomie września i października odbędą się mistrzostwa Polski kobiet i mężczyzn we Wrocławiu, a tydzień później młodzików w Zielonej Górze.

Faworyci dyktowali warunki w Żelkowie

TENIS STOŁOWY. W sali sportowej przy Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Żelkowie odbyła się szesnasta edycja wojewódzkiego turnieju tenisa stołowego. Emocji było sporo.

Grano na sześciu stołach w trzech grupach. Warunki grania dyktowali faworyci, którzy zajęli czołowe miejsca. Rywalizacja była na niezłym poziomie i odbywała się zgodnie z zasadami fair play. Rozegrano sporo zaciętych i pasjonujących gier.

W najlepszej formie był Mariusz Wenta (Janowice), który wywalczył pierwsze miejsce i został zwycięzcą kategorii amatorów. Drugi był Zbigniew Świętochowski (Słupsk). Na trzeciej pozycji sklasyfikowany został Zbigniew Pawłowski (Zagórzycza). W stawce ligowców triumfował Arkadiusz Ptaszkowski (Swołowo). Drugi był Czesław Popiel (Słupsk), a trzeci - Szymon Żynda (Kościerzyna). W grupie mieszanej (kobiety i młodzież) zwyciężył Arkadiusz Brzoskowski (Kościerzyna). Dmgą lokatę

zajęła Joanna Lipczyńska (Żelkowo). Trzecia była Katarzyna Pawłowska (Zagórzycza). Zwycięzcy z każdej grupy rywalizowali o puchar prezesa Ludowego Uczniowskiego Klubu Sportowego Żelki Żelkowo. Trofeum zdobył M. Wenta.

Organizatorem imprezy był LUKS Żelki Żelkowo. Patronatem honorowym turniej objęli Danuta May (wójt gminy Głównicy) i Piotr Klecha (prezes Pomorskiego Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w Gdańsku), **(fen)**



Arkadiusz Ptaszkowski (z lewej) i Stefan Terefeño

REKLAMA

169807405

Zostań prenumeratorem!

Oszczędzasz 50 zł*

Prenumerata na 3 miesiące za 44 zł miesięcznie codziennie



Gazetę dostarczymy

do Twojego domu, biura,
tam gdzie chcesz!

zamów:

94 340 1114

od poniedziałku do piątku
w godz. 9:00-15:00

email:
prenumerata.gdp@polskapress.pl

Oferta tylko dla nowych prenumeratorów

* średnia oszczędność miesięczna w porównaniu do cen w kiosku w 2022r.