

2,70
ZŁ
W TYM
8% VAT

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570

Poradnik - komu należy się
renta chorobowa - str. 10

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Poniedziałek 26 listopada 2018

**Dzień Wcześniaka
w słupskim szpitalu.
Był tort i wiele
radości**

STRONA 4



FOT. MATERIAŁY PRYWATNE

**Dziś w Słupsku
rozpoczyna się
13 Festiwal Miejsce
Kobiet**

STRONA 16



Sport

**Czarni wygrali
z Pruszkowem**

**Słupscy koszykarze bez
większych problemów pokonali
ZB Pruszków 80:60** MAGAZYN SPORTOWY



**Jerzy Waldorff razem ze swoim jamnikiem
Puzonem ma swoją ławkę w Słupsku** STRONA 6

**Zakończył się
12 Festiwal Młodych
Talentów Niemen
Non Stop. Kto wygrał
rywalizację?**

STRONA 4

**Czwarta rewolucja dzieje się
właśnie teraz, na naszych
oczach. Polska zdobywa
przewagę dzięki wybitnym
informatykom** STRONA 13

Władze Słupska chcą podwyżki za śmieci i podatków

Na dzień dobry władza sięga do naszych kieszeni

Grzegorz Hilarecki
grzegorz.hilarecki@gp24.pl



Słupsk

Nowe władze miasta chcą, by radni zgodzili się na podwyżkę opłat za odbiór śmieci oraz na podwyżkę podatków od nieruchomości i od środków transportu. Miałoby to nastąpić już w środę, i to bez wcześniejszej dyskusji w komisjach, które jeszcze nie działają, bo nowa rada miejska dopiero tworzy ustawowe struktury.

Poinformowano, że w najbliższą środę odbędzie się sesja rady miejskiej. Na dzień dobry radni nowej kadencji mają podjąć ważne decyzje dotyczące kieszeni zwykłych słupszczyków. Po pierwsze, władze chcą, by stawki za odbiór śmieci skoczyły do 12 zł od osoby za segregowane i aż 24 zł od osoby za zmieszane. Co oznacza, że pięcioosobowa rodzina ze Słupska zapłaci rocznie 120 zł więcej, jeśli śmieci segreguje. A w przypadku nieselektywnej zbiórki - 480 zł więcej.

Urząd podwyżkę tłumaczy tym, że system odbioru śmieci w Słupsku musi się bilansować na zero, a teraz PGK po-



FOT. KRZYSZTOF PIOTROWSKI

Pierwsza sesja słupskiej rady miała charakter uroczysty (na zdjęciu). Na drugiej radni będą musieli podejmować decyzje, choć nie ma jeszcze komisji

nosi wyższe koszty zbiórki. Tymczasem stara rada nie zgadzała się na podwyżkę.

- Tak, bo tu są niejasności, których władza nie potrafiła nam wytłumaczyć. PGK ma z roku na rok zyski, więc jak dopłaca do systemu? - zauważa radny Tadeusz Bobrowski z PiS, który został przewodniczącym klubu tej partii w nowej radzie. - Jeśli chcą podwyżki, to niech wytłumaczą, jak wzrośnie jakość usług PGK. A poza tym najpierw problem musi być przedstawiony radnym na komisjach, a one się nie zebrały. Nie tak powinno być w samorządzie - mówi radny.

Przewodniczącego ma już klub prezydencki w radzie, został nim Artur Wiszniewski. Ale jak nam powiedział, jeszcze nie ma stanowiska klubu w sprawie proponowanych uchwał. Najpierw radni muszą się z nimi zapoznać. Jednak jego zdaniem, wzrost opłat za śmieci, szczególnie te niesegregowane, wydaje się uzasadniony.

Platforma Obywatelska nie ma jeszcze stanowiska. Wcześniej jej radni głosowali na nie dla podwyżki za śmieci. ©

WIĘCEJ NA STRONIE 6

REKLAMA

008742956



Gotowy dom
- stan deweloperski
klucze od zaraz

- Słupsk okolice, ul. Hubalczyków
tel. 59 724 - 24 - 27

www.nowedomy.słupsk.pl

Pogoda w regionie

Dzisiaj

3°C
-4°CBarometr
1017.00mbar
Wiatr
wsch. 6 km/h
Uwaga
zachmurzenie

Wtorek

4°C -6°C



Środa

2°C -2°C



Czwartek

4°C 3°C



Uwaga: częściowe zachmurzenie

Karina Obara
karina.obara@pomorska.plJUŻ LEPIEJ NIECH
SIEDZĄ CICHU

Komentarz

Wyobraźmy sobie, że Bertold Kittel, Anna Sobolewska i Piotr Wacowski, operator TVN, przychodzą do polskich neonazistów i mówią: „Cześć, chłopaki i dziewczyny, przyszliśmy nagrać o was materiał, chcemy pokazać, że niezgodnie z prawem propagujecie zakazaną ideologię. Co wy na to?”. Neonaziści zapraszają: „Jasne, wbijajcie, nie mamy nic do ukrycia, pokażemy wam, jak świętujemy urodziny Hitlera”. Oczywiście, taki scenariusz trudno sobie wyobrazić. Pewnie Piotr Wacowski dostałby w zęby, a w najlepszym razie usłyszałby: „Jaką zakazaną ideologię? Jesteśmy czysti, o co wam chodzi?”.

Dlatego reporterzy TVN wybrali drogę, którą przetarli im wcześniej inni dziennikarze śledczy. Oni, robiąc materiał wcieleniowy, musieli wykazać się odwagą. Trochę jak serialowy Hans Kloss, świadomie udający wroga, aby zdobyć

niezbędne informacje. Bez takich postaw nie byłoby dziennikarstwa śledczego, gatunku wymierającego, którym zajmują się najodważniejsi. Nie byłoby afery Watergate, a nawet jeśli, dziennikarze, którzy ją opisali, zostaliby oskarżeni o ujawnienie tajemnicy państwowej, a nie działania dla dobra państwa.

Oczywiście, ABW, która wtargnęła do mieszkania Piotra Wacowskiego (wcześniej wysyłała mu SMS-y, że ma się stawić w prokuraturze), ma prawo przesłuchać reportera. Wręczyła mu jednak pismo, w którym zawarte są zarzuty o propagowanie naziizmu (z art. 256 par. 1 kodeksu karnego) w związku z realizacją reportażu na temat polskich neonazistów. A to już jest zarzut absurdalny. Nawet jeśli Wacowski hajlował, udając jednego z nazistów, nie robił tego dlatego, że jest jednym z nich. Reportaż wcieleniowy wymaga od autora nieustraszonej odwagi. Dlatego przeświadczył środowisko dilerów udaje, że sprzedaje narkotyki, namierzający nazistów udaje, że jest „swój”. Prokuratura na pewno to wie. Jeśli oskarża reportera na równi z nazistami, trudno oprzeć się wrażeniu, że wołałaby, aby dziennikarze siedzieli cicho.

©

Przypomnieli, jak kiedyś
na wsiach darto pierze

Tradycje

W miniony piątek o zmroku w wiejskiej świetlicy w Bronowie spotkały się miejscowe kobiety, aby razem drzeć pierze z gęsi Doroty Wiśniewskiej, sołtyski tej wsi.

Bronowo to niewielka wieś w gminie Kępice, mieszka w niej ok. 200 rodzin. Sołtysiem jest Dorota Wiśniewska, której rodzina mieszkała tutaj już w czasach niemieckich.

- Z dzieciństwa pamiętam, jak w czasie jesienno-zimowych wieczorów spotykały się gospodynie, aby wspólnie drzeć pierze. Wtedy nie było telewizji ani internetu, więc tego rodzaju spotkania były formą wypełnienia czasu, ale także rozrywki i życia towarzyskiego. Ponieważ wtedy na Pomorzu w wielu gospodarstwach hodowano gęsi, więc darło się gęsie pierze, które stanowiło doskonałe wypełnienie do poduszek i pierzyn. W takiej pościeli świetnie się spało, a młode dziewczyny otrzymywały poduszki i pierzyny z gęsimi piórami jako część weselnego posagu - opowiada Dorota Wiśniewska.



Darcie pierza w Bronowie

rami jako część weselnego posagu - opowiada Dorota Wiśniewska.

Ponieważ już tylko niektórzy pamiętają, jak niespełna sto lat temu upływały długie zimowe wieczory w wielu wiejskich domach, sołtyska Bronowa postanowiła przypomnieć dawną tradycję młodym mieszkańcom wsi. Jednak trochę się zawiodła, bo na jej zaproszenie zareagowała głównie starsza generacja mieszkańców Bronowa, a w kręgu drących pierze usiadły seniorki, dla których to wydarzenie było

formą sentymentalnego powrotu do obyczajów z czasu ich dzieciństwa i młodości. Żeby było im przyjemniej, w świetlicy pojawiły się członkinie zespołu Kępiczanki, a na akordeonie zagrał Marian Sołtysik. Gospodynie przygotowały także grochówkę, ziemniaki w mundurkach z gzikiem oraz sporo różnych wypieków. Często wano też domową wódeczką, bo darcie pierza zwykle wiązało się ze wspólną kolacją uczestników spotkania. (MAZ)

Wiecej w piątkowym „Głosie Słupsku”.

Międzypokoleniowe
spotkanie poetyckie
z Herbertem

Słupsk

Wojciech Frelichowski
wojciech.frelichowski@gn24.pl

„Podróże intelektualne ze Zbigniewem Herbertem” to hasło spotkania, które odbędzie się 28 listopada w Słupsku.

Organizatorami wydarzenia są Słupski Uniwersytet Trzeciego Wieku i Zespół Szkół Informa-

tycznych w Słupsku. Będzie to oryginalny wykład połączony z montażem multimedialnym oraz prezentacją wierszy Herberta.

Podczas wykładu dr Marianna Borawska (opiekun naukowy sekcji literackiej SUTW i przewodnicząca Słupskiej Rady Seniorów) omówi życie i twórczość znakomitego polskiego poety, dramaturga

i eseisty. Wystąpienie dr Borawskiej będzie przeplatane materiałami filmowymi o przedwojennym i okupacyjnym Lwowie (w mieście poeta spędził dzieciństwo i wczesną młodość) oraz o powojennych losach Herberta. W ramach wydarzenia słupscy seniorzy będą też recytować wiersze autora „Pana Cogito”. Program przygotowała Sekcja Literacka Słupskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w ramach trwającego Roku Herbertowskiego.

Spotkanie odbędzie się 28 listopada (środa) o godz. 10.30 w auli szkolnej Zespołu Szkół Informatycznych przy ul. Koszalińskiej 9. ©

DYŻURNY GP

Na Czytelników czekamy w redakcji „Głosu Pomorza” w Słupsku przy ul. Henryka Pobożnego 19 tel. 59 848 81 00

Zbigniew Marecki



KALENDARIUM

26 listopada
1944

Heinrich Himmler wydał rozkaz zniszczenia krematoriów w obozie koncentracyjnym Auschwitz-Birkenau.

1973

Została sformowana Polska Wojskowa Jednostka Specjalna mająca wejść w skład sił pokojowych ONZ na Bliskim Wschodzie.

1987

Minister spraw wewnętrznych Czesław Kiszczak wystosował pismo do prokuratora generalnego PRL, w którym domagał się skrócenia wyroków zabójcom ks. Jerzego Popiełuszki.

1991

Polska została przyjęta do Rady Europy.

1996

Zakończono dystrybucję powszechnych świadectw udziałowych.

2008

W katedrze wawelskiej odbył się ponowny (po ekshumacji) pogrzeb gen. Władysława Sikorskiego.

CYTATY Z TWITTERA

Robert Feluś,
dziennikarz

Żeby paliwo zdrożało na stacji, wystarczy tylko komunikat, że ropa drożeje. I nie ma znaczenia, że stacje przez jakiś czas jeszcze leją tańsze paliwo z zapasów. Po komunikacie, że ropa tanieje, ceny nie spadają od razu, no bo przecież stacje mają zapasy droższego paliwa...

Cezary Gmyz,
dziennikarz

Merkel: „Dziś państwa narodowe powinny być gotowe do przekazania suwerenności”. Nie wiem, jak Wy, ale ja ani dziś, ani jutro, ani nigdy nie będę gotowy.

WALUTY

USD	3,7779 (+)
EUR	4,2972 (-)
CHF	3,7949 (-)
GBP	4,8542 (+)

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

REKLAMA

006786737

GŁOS
POMORZA

NEKROLOGI

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

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



008752393

Koleździ Bogusławowi Sabisz oraz Rodzinie
najszczerze wyrazy współczucia, wsparcia i otuchy
w trudnych chwilach z powodu śmierci

Teściowej

składają Dyrektor Zakładu Gospodarki Komunalnej
w Damnicy oraz Współpracownicy

ZDJĘCIE DNIA



Wczoraj przypadał Dzień Pluszowego Misia. Ponieważ była to niedziela, dzieci w szkołach przynosiły swoje misie już w piątek. Na zdjęciu prawdopodobnie największy miś przyniesiony do Szkoły Podstawowej numer 2 w Słupsku. (ŁC)

Badania profilaktyczne dla kobiet

O zdrowie trzeba dbać, dopóki jeszcze dopisuje. Kobiety poddają się badaniom chętniej i bardziej sumiennie niż mężczyźni. Ale i tak statystyki zgłaszalności nie są zadowalające. Przedstawiamy listę badań profilaktycznych, o których powinna pamiętać każda Polka.

Wbrew powszechnej opinii, to nie mężczyźni, ale właśnie kobiety w naszym kraju częściej umierają na zawał serca i inne choroby układu krążenia: na chorobę niedokrwieną serca, ostry zawał serca, choroby naczyń mózgowych czy miażdżycę. Schorzenia sercowo-naczyniowe są w przypadku Polek zabójcą numer jeden - odpowiadają za 52 procent zgonów. Drugie miejsce zajmują choroby nowotworowe. Wśród nich prym wiedzie rak płuca. To konsekwencja nałogu tytoniowego. O ile odsetek palaczy wśród mężczyzn spada, to liczba palących kobiet w naszym kraju niestety nie maleje. Następne pozycje na liście raków powodujących zgony kobiet zajmują: rak piersi, rak jelita grubego, a rak szyjki macicy plasuje się niżej w tym rankingu.

Najpierw do lekarza POZ

Jeszcze kilka lat temu na raka umierały panie w wieku 55-59 lat, teraz jest to w coraz większym stopniu przyczyną śmierci kobiet już po 30-stce. To pokazuje, że badania profilaktyczne powinny wykonywać już panie młode, nawet jeśli nic im nie dolega i są

w dobrej kondycji. Warto zapisać się na wizytę kontrolną do swojego lekarza POZ. Przeprowadzi on pogłębiony wywiad, zada pytania dotyczące trybu życia, przebytych chorób i operacji, schorzeń występujących wśród krewnych. Oцени też ogólny stan zdrowia pacjentki. Warto zadać lekarzowi wszystkie pytania dotyczące profilaktyki. To on najlepiej doradzi, które z wymienionych poniżej badań wykonać w pierwszej kolejności. Wypisze też skierowania. Pamiętajmy, że na kontrolne wizyty do lekarza POZ nawet zdrowe osoby powinny chodzić raz na 2-3 lata.

Raz w roku do ginekologa i na cytologię

* **Ogólne badanie ginekologiczne** trzeba wykonywać co najmniej raz w roku od momentu rozpoczęcia życia płciowego. Umożliwia ono lekarzowi ocenę stanu narządów rodnych, wykrycie ewentualnych schorzeń, np. stanów zapalnych pochwy, jajników lub macicy, nieprawidłowości budowy oraz zmian nowotworowych narządu rodne. W czasie wizyty ginekolog powinien też przeprowadzić badanie palpa-

cyjne piersi kobiety i ewentualnie pobrać materiał do cytodiagnostyki z szyjki macicy.

* **Cytologia** jest podstawowym badaniem przesiewowym wykorzystywanym w diagnostyce raka szyjki macicy, który odpowiednio wcześniej zdiagnozowany jest prawie całkowicie wyleczalny. Każda kobieta w wieku 25-59 lat może wykonać je za darmo, co trzy lata, w ramach „Populacyjnego programu profilaktyki i wczesnego wykrywania raka szyjki macicy”. Nie jest potrzebne skierowanie.

* **USG narządów rodnych** - to kolejne badanie, na które skierowanie powinien wypisać opiekujący się kobietą ginekolog. Do 50. roku życia trzeba je robić co 3-5 lat, później co 2-3 lata. Wykrywa ono i umożliwia ocenę ewentualnych zmian w narządzie rodnych: guzków, torbieli jajników, mięśniaków macicy, wykrycie zmian nowotworowych. Przy okazji pozwala także zdiagnozować kamice nerkową, choroby trzustki, wątroby, dróg żółciowych, nerek i pęcherza moczowego.

Właściwe dbanie o piersi

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór w Polsce. Dawniej dotyczył głównie kobiet między 50. a 70. rokiem życia. Dziś coraz częściej chorują kobiety 40-latkini, a nawet przed trzydziestką. Mimo że ten rak zajmuje pierwsze

miejsce na liście najbardziej powszechnych nowotworów u pań, to już nie jest zabójcą numer jeden. To świadczy o tym, że medycyna potrafi skutecznie leczyć tę chorobę. Śmiertelność z jej powodu wyraźnie spada z biegiem lat. Dlatego tak ważna jest profilaktyka i wczesne wykrywanie raka piersi, co umożliwia całkowite wyleczenie.

* **Samobadanie piersi** - to podstawowa metoda profilaktyki wykonywanej systematycznie w domu. Trzeba wyrobić sobie nawyk samobadania piersi raz w miesiącu od 20. urodzin do końca życia. Taka częsta kontrola piersi sprawia, że kobieta dobrze je pozna i będzie w stanie wykryć pojawiające się zmiany – torbiele, zgrubienia, guzki, ale także wyciek z brodawki czy wciągnięcie lub przebarwienie skóry.

* **USG piersi** - od 20. roku życia, gdy rozpoczynamy comiesięczne samobadanie piersi, przynajmniej raz nad dwa lata należy też wykonać badanie USG. Kiedy skończymy trzydzieści lat, to badanie USG optymalnie jest wykonywać przynajmniej raz do roku, a po czterdziestce USG raz na pół roku. Powyżej pięćdziesiątki USG robi się co 2-3 lata. Badanie to jest ważne, gdyż wykrywa bardzo małe guzki, niewyczuwalne podczas samobadania piersi.

* **Mammografia** - umożliwia ona rozpoznanie nowotworu piersi na bardzo wczesnym etapie. Pozwala też wykryć tzw. zmiany przedrakowe,

które mogą rozwinąć się w nowotwór piersi. Trzeba pamiętać o robieniu tego badania począwszy od 40. roku życia co 2-3 lata (a między tymi badaniami USG piersi co pół roku). Kobiety między 50. a 69. rokiem życia mają możliwość wykonania bezpłatnej mammografii raz na 2 lata, a nawet częściej, jeśli należą do którejś z grup ryzyka (np. przypadki raka piersi wśród spokrewnionych kobiet, obecność mutacji genetycznych podwyższających ryzyko tej choroby). Nie jest wymagane skierowanie.

Inne badania dla wszystkich

Kobiety nie powinny zapominać też o innych badaniach profilaktycznych, które obowiązują wszystkich dbających o siebie i świadomych ludzi, bez względu na płeć. Co roku należy wykonać: pomiar ciśnienia tętniczego krwi, EKG, badanie poziomu cholesterolu i trójglicerydów we krwi, badanie poziomu glikemii na czczo, badanie ogólne krwi i moczu, badanie kału na krew utajoną oraz badanie okulistyczne. Częściej trzeba to robić, jeśli pacjent znajduje się w grupie ryzyka. Wówczas lekarz POZ określi właściwą częstotliwość danego badania. Poinformuje też, jak często powinniśmy w określonym wieku i stanie zdrowia wykonywać inne badania profilaktyczne: prześwietlenie klatki piersiowej, kolonoskopię, oznaczenie poziomu hor-



Michał Sutkowski
Specjalista Medycyny Rodzinnej i Chorób Wewnętrznych
Prezes Warszawskich Lekarzy Rodzinnych
Rzecznik Prasowy KLRwP

Drogie Panie! Specjalista medycyny rodzinnej to lekarz, którego powinniście szukać w swoich przychodniach. To specjalista od dzieci i dorosłych od małych dzieci i tych większych (wiecie kogo mam na myśli, prawda?) Ale jak już o wszystkich zadbacie, a nawet i wcześniej, zadbajcie o siebie. Cytologia, mammografia, dsm i EKG, a może RTG, a na pewno lipidogram, glikemia – usystematyzuje to wasz lekarz rodzinny. Zbada, doradzi, omówi, zleci, skieruje. Po co czekać w kolejkach do specjalistów? Ten specjalista (niedoceniany!) jest w POZ. Często wystarczy szczerza rozmowa o zdrowiu, czasem wysokospecjalistyczne badanie. Doradzimy, co zrobić. Jesteśmy tuż obok w przychodni. Poszukajcie.

monów tarczycy, badanie słuchu czy spirometrię. Wypisze też skierowania na nie. Do lekarza POZ warto chodzić nie tylko wtedy, gdy pojawiają się jakieś dolegliwości, lecz także na wizyty kontrolne, gdy jesteśmy zdrowi, ale chcemy się przebadać profilaktycznie.





Michał Sutkowski
Specjalista Medycyny Rodzinnej i Chorób Wewnętrznych
Prezes Warszawskich Lekarzy Rodzinnych
Rzecznik Prasowy KLRwP

Specjalista medycyny rodzinnej jest jedynym lekarzem POZ wszędzie tam na świecie, gdzie systemy ochrony zdrowia cechuje najwyższa jakość i efektywność. Lekarz rodzinny jest jedynie 1/3 wśród lekarzy POZ w Polsce. Jako przyjaciel całej rodziny lekarz rodzinny dokona u każdego mężczyzny, który się zgłosi, indywidualnej oceny zagrożeń, zstawi wady i zalety interwencji profilaktycznych, porozmawia, zbada, zaleci stosowne badania, pokieruje, jeśli to potrzebne, do pozostałych specjalistów. Jest obok domu, jest Waszym przyjacielem i doradcą. Tu wykonamy pierwszy krok. Przełamać musimy, my mężczyźni, złe mity o nas samych. My też umiemy się właściwie leczyć i sami zadbać o siebie. Płuca, prostata, jelito grube, cholesterol, nadciśnienie, cukier, EKG – zgłasza się, bo jestem mężczyzną! I już!

ostatnich dwóch lat nie były poddawane diagnostyce w kierunku tej choroby. Na badanie takie można się zgłosić także w sytuacji, gdy w rodzinie występowały już przypadki jaskry, pacjent ma hipercholesterolemię (czyli podwyższony poziom cholesterolu), niskie ciśnienie krwi, cierpi na uporczywe migreny. Do okulisty kieruje lekarz POZ.



Badania profilaktyczne dla mężczyzn

Panowie nie lubią się badać. O swoje auta dbają bardziej niż o własne zdrowie. Pamiętają o corocznym przeglądzie technicznym samochodu, a sami do lekarza idą dopiero wtedy, gdy mają jakieś dolegliwości. To musi się zmienić!

Statystyki GUS pokazują, że średnia długość życia w Polsce w ciągu ostatnich kilkunastu lat wydłużyła się o 7 lat. Obecnie wynosi ona 77,4 roku. Panowie w naszym kraju żyją przeciętnie 73 lata i jest to o 4,2 roku mniej w porównaniu ze średnią europejską dla mężczyzn.

Lekarz POZ

Prawie 41% zgonów panów w naszym kraju powodują choroby układu krążenia. Następnym w kolejności zabójcą są nowotwory złośliwe, wśród których pierwsze miejsce należy do raka płuca, a kolejne do nowotworów jelita grubego, prostaty i żołądka. Niechlubną listę przyczyn śmierci mężczyzn zamykają wypadki i samobójstwa. Znakę te statystyki, opracowano zestaw badań profilaktycznych, które warto systematycznie wykonywać. Pozwalały one wcześniej wykryć zmiany chorobowe, a to warunek szybkiego rozpoczęcia leczenia, co znacząco podnosi szanse wyleczenia lub przynajmniej zahamowania procesu chorobowego. Poddając się badaniom profilaktycznym w wieku zalecanym przez lekarzy i powtarzając je z ustaloną częstotliwością, mężczyźni mają szansę funkcjonować w lepszej kondycji zdrowotnej i znacząco wydłużyć swoje życie.

Programy profilaktyczne

Każdy mężczyzna powinien kontrolować stan swojego zdrowia. W tym celu najlepiej zacząć od gruntownego „przeglądu technicznego” organizmu, niezależnie od tego, w jakim jest wieku. Wykonanie kilku niezbyt obciążających badań profilaktycznych pozwoli na wykrycie wszystkich niepokojących rzeczy lub nieprawidłowości. Część z nich wymaga podjęcia leczenia, a inne skłaniają do zmiany trybu życia oraz obserwowania organizmu dzięki powtarzaniu badań z określoną częstotliwością. To pozwala uniknąć poważnych konsekwencji zdrowotnych, które są efektem zaniedbań.

Większość badań profilaktycznych jest dla pacjenta bezpłatna – refunduje je NFZ. Niektóre można wykonać w ramach badań przesiewowych i programów profilaktycznych. Warto śledzić informacje o takich programach i skorzystać z nich, jeśli spełniamy określone w programie wymogi, np. dotyczące wieku.

Badanie prostaty

Począwszy od 40. roku życia, mężczyźni powinni raz w roku poddawać się badaniu prostaty per rectum. Może to zrobić lekarz POZ lub urolog. Lekarz

sprawdza, czy prostata nie powiększa się oraz wykrywa ewentualne zmiany nowotworowe. Jeśli stwierdzi powiększenie gruczołu krokowego, pacjent powinien także raz w roku, a jeśli lekarz zaleci to nawet częściej, zrobić badanie USG jamy brzusznej, na którym zobrażowana będzie prostata.

W przypadku gdy prostata jest powiększona lub mężczy krewni chorowali lub chorują na raka prostaty, to już po czterdziestce taki mężczyzna powinien pierwszy raz zrobić badanie krwi na oznaczenie poziomu markerów PSA. Podwyższone wartości mogą świadczyć o stanie zapalnym lub nowotworze prostaty i wówczas wskazane jest badanie urologiczne. Jeżeli nie ma takich wskazań, pierwszy test PSA należy wykonać po 50. roku życia.

Potem badanie per rectum i test PSA należy powtarzać co roku.

Inne badania kontrolne

Zarówno mężczyźni, jak i kobiety – nawet jeśli nie ma żadnych dolegliwości i samopoczucie nie pogarsza się – powinni pamiętać o powtarzaniu innych, poniższych badań kontrolnych.

1. W ramach profilaktyki chorób układu krążenia:

* **pomiar ciśnienia tętniczego krwi** – raz do roku to minimum dla osób zdrowych, a raz na pół roku powinny mierzyć ciśnienie osoby po 50. roku życia oraz młodsze, jeśli palą tytoń, mają nadwagę lub są otyłe, a także jeśli w ich rodzinie występuje nadciśnienie wśród

krewnych. Ciśnienie można zmierzyć podczas każdej wizyty u lekarza POZ,

* **lipidogram, czyli poziom cholesterolu (frakcji LDL i HDL) oraz trójglicerydów w surowicy krwi** – między 18. a 30. rokiem życia robi się je raz na 5 lat, między 30. a 40. rokiem życia co 3 lata, a mężczyźni powyżej 40-ki – co roku. W razie wykrycia nieprawidłowości trzeba pamiętać o tym obowiązku raz do roku bez względu na wiek. Częściej muszą je wykonywać osoby cierpiące na cukrzycę, nadciśnienie, z nadwagą oraz palące. Skierowanie wypisuje lekarz POZ,

* **badanie serca EKG** – wykonuje lekarz POZ. Pozwala ono wykryć zaburzenia pracy i rytmu serca. Dodatkowo **badanie wysiłkowe EKG** raz w roku powinny wykonywać osoby z objawami choroby wieńcowej i te, które skarżą się na ból w klatce piersiowej. Badanie zalecane jest też profilaktycznie osobom po zawale serca i pacjentom z bypassami,

* **poziom glikemii** – mierzyć go powinien każdy mężczyzna po 45. roku życia raz na trzy lata, a osoba będąca w grupach ryzyka – raz na rok.

Uwaga: Wdrażany obecnie i prowadzony Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia skierowany jest głównie do osób obciążonych czynnikami ryzyka. Powinny one poddać się bezpłatnym badaniom ciśnienia tętniczego krwi, poziomu cholesterolu i trójglicerydów oraz określeniu wskaźnika masy ciała BMI. Każdy pacjent, u którego dotychczas nie rozpoznano choroby układu krążenia, może to zrobić

podczas wizyty kontrolnej u swojego lekarza POZ. Badanie odbywa się w ramach tzw. bilansu, na który trzeba się zgłosić, gdy kończymy kolejno 35, 40, 45, 50 i 55 lat.

2. Gruźlica i nowotwory płuc

* **rentgen klatki piersiowej** – prześwietlenie trzeba robić co 2 lata, a osoby palące powinny wykonywać je raz do roku. Niezbędne jest skierowanie od lekarza. Badanie pozwala wykryć lub wykluczyć zmiany zapalne w płucach, w tym gruźlicze lub nowotworowe i zmiany rozrodowe. Wykrywa też ono predyspozycje do miażdżycy naczyń krwionośnych, choroby wieńcowej, zawału serca i udaru mózgu,

* **badanie kału na obecność krwi utajonej** – po 40. roku życia należy robić je co roku, ze skierowaniem od lekarza POZ. To najprostsza i najtańsza metoda wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego,

* **kolonoskopia** – pierwsze badanie wykonuje się po 50. roku życia i potem powtarza się je co 10 lat. Pozwala na wczesne wykrycie raka jelita grubego. Wykonuje je chirurg-onkolog lub gastroenterolog, do którego kieruje lekarz POZ. Kolonoskopia to jedno z badań przesiewowych, które pozwala zdiagnozować schorzenia jelita grubego i wykryć lub wykluczyć zmiany nowotworowe. Umożliwia wczesne wykrycie raka jelita grubego i szybkie rozpoczęcie leczenia.

3. W ramach profilaktyki jaskry:

* **badanie okulistyczne** – skierowane do osób po 35. roku życia, które w ciągu

Seniorka dziękuje strażakom za uratowanie auta

Zbigniew Marecki
zbigniew.marecki@gp24.pl



Słupsk

Gdyby nie sprawna akcja słupskich strażaków, to emerytka Krystyna Wasiuszko pewnie nie zobaczyłaby w całości swojego samochodu.

Do zdarzenia doszło w nocy z wtorku na środę, 20 listopada ok. godz. 23.20 słupscy strażacy zostali wezwani do pożaru, który wybuchł w kompleksie garaży przy ul. Piotra Skargi. Na miejsce pojechały trzy zastępy strażaków.

W tym czasie już zaczynał płonąć dach trzech garaży, który zajął się od ognia ogarnia-

jącego zgromadzone za nim śmieci. Strażacy szybko przystąpili do akcji ratowniczej, która trwała ponad dwie godziny. Nie tylko ugasili płonący dach, ale również otworzyli drzwi i wypchnęli na zewnątrz samochód stojący w czwartym garażu. Pojazd nie był uszkodzony. Właściciele mogą nim jeździć.

- Jestem bardzo wdzięczna strażakom, bo gdyby samochód się spalił, to byłoby mi o wiele trudniej żyć. Jeszcze raz bardzo dziękuję - mówi Krystyna Wasiuszko, na co dzień szefowa Związku Inwalidów Wojennych w Słupsku.

Na razie nie wiadomo, w jakich okolicznościach doszło do pożaru. Ich wyjaśnianiem zajmie się biegły powołany przez policję.

©P



FOT. LUKASZ CAPAR

Gdyby nie sprawna akcja strażaków, samochód Krystyny Wasiuszko strawiłby płomienie

KRÓTKO



FOT. KRZYSZTOF PIOTROWSKI

Słupsk Laureaci festiwalu Niemen Non Stop

Zakończył się 12. Festiwal Młodych Talentów Niemen Non Stop. Jury przyznało Grand Prix festiwalu Nagrodę Marszałka Województwa Pomorskiego (6000 zł) Patrycji Mizerskiej. Przyznano też dwa wyróżnienia: nagrodę sfinansowaną ze środków Miasta Słupska (po 2500 zł) Paulinie Ładze i Darii Korowajczyk. Patrycja Mizerska została również uhonorowana nagrodą Radia Koszalin w postaci sesji nagraniowej w studiu i. Czesława Niemena. Ponadto przyznano następujące nagrody: koncert (wraz z honorarium) w Klubie Czarnego Krążka ufundowany ze środków Miejskiej Biblioteki Publicznej w Słupsku dla Patrycji Mizerskiej; nagrodę specjalną Prezydentki Miasta Słupska Krystyny Danileckiej-Wojewódzkiej dla Mai Mędek oraz nagrodę specjalną dotychczasowej Dyrektorki Festiwalu Anny Maćkowiak dla Idy Kozackiej.

(WF)



FOT. UG KOBYLNICA

Samorząd Rada Gminy w Kobylnicy po pierwszej sesji

Otrzymała się pierwsza sesja Rady Gminy w Kobylnicy wybranej na kadencję 2018-2023. Piętnastu radnych oraz wójt Leszek Kuliński złożyli uroczyste ślubowania. Sesję otworzyła radna seniorka Krystyna Balcerek, prowadząc do czasu wyboru przewodniczącego rady. Po uroczystym odśpiewaniu przez wszystkich zebranych „Mazurka Dąbrowskiego” odbyło się ślubowanie i radni przeszli do wyboru przewodniczącego rady. Drugą kadencję z rządu funkcję tę pełnić będzie Leon Kiziukiewicz. Wiceprzewodzącymi rady zostali natomiast Krystyna Balcerek i Janusz Kaszowski. Nowością w tej kadencji samorządu będzie okres jej trwania (pięć lat) oraz wprowadzenie wideorejestracji podczas obrad Rady Gminy i elektronicznego głosowania nad projektami uchwał.

(WF)

©P



FOT. MALGORZATA WEC

Oklaski Wytańczyły złoto

Formacja KIDS SU z Dance Studio PAA ze Słupska wywalczyła pierwsze, złote miejsce w kategorii Disco Show podczas imprezy World Dance Championships WADF, która odbyła się w czeskim

Libercu. Członkinie formacji: Marysia Labuda, Hania Kosiak, Natalia Gierke, Julia Kwapisz, Amanda Wyszczka, Hania Łukojko i Zuzia Krawczyk, to na co dzień uczennice SP10. Dziewczynki popołudniami trenują gdzie się da, również w szkole, pod okiem trenerki

Małgorzaty Węc. To pierwszy tak wielki sukces dziewczynki. Tym większy, że zespół prezentował się w nowej technice tanecznej, którą ćwiczy od niedawna. 10-letnie tancerki udowodniły, że dzięki determinacji i pasji są najlepsze.

(OLO)

Dzień Wcześniejaka w słupskim szpitalu

Zdrowie

Alek Radomski
aleksander.radomski@gp24.pl

W sobotę w słupskim szpitalu specjalistycznym obchodzono Dzień Wcześniejaka. To wyjątkowe święto tak dla dzieci, które przyszły na świat za wcześnie, jak i personelu, który je leczy i otacza opieką.

Kilkudziesięciu byłych już podopiecznych oddziału neonatologii świętowało w sobotę z okazji Dnia Wcześniejaka. Jeden z pierwszych kawałków toru przypadł 5-letniej dziś Zuzi, która na świat przyszła w 28 tygodniu ciąży.

- Była skrajnym wcześniakiem - przyznaje jej mama Agnieszka. - Ważyła kilogram. W szpitalu, jeszcze wtedy w Uście, spędziliśmy dwa miesiące. Jak widać, jest zdrowa i śliczna.

Tylko w tym roku na słupskiej neonatologii, która od lutego działa przy ul. Hubalczyków w Słupsku, leczonych było 126 wcześniaków. Przez cały ubiegły rok było ich 176.

- W tej chwili to zupełnie inna rzeczywistość. Oddział położniczo-ginekologiczny i oddział neonatologiczny są tu na miejscu w otoczeniu specjalistycznego sprzętu i kadry - podkreśla Andrzej Sapiński, prezes Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego im. Janusza Korczaka w Słupsku. - Możemy dzięki temu dużo bardziej fachowo udzielać pomocy tym

małym dzieciom, które rodząc się jako wcześniaki, nie są jeszcze przygotowane do samodzielnego życia.

Neonatalogi ze słupskiego szpitala opiekują się dziećmi urodzonymi od 26 tygodnia ciąży. Niektóre maluszki spędzają na oddziale po narodzinach długie tygodnie. Na 10-łóżkowym oddziale jest kompleksowy sprzęt do opieki nad takimi malenstwami, a ich rodzice mogą bez przeszkód przebywać z dziećmi. Są angażowani w kangurowanie, karmienie i pielęgnację dzieci. Później trafiają one do przyszpitalnego Ośrodka Rehabilitacji Diennej. Aktualnie pod jego opieką jest prawie 80 dzieci w wieku od dwóch miesięcy do ośmiu lat. W ośrodku dwa razy w tygodniu są one rehabilitowane.

- Neonatologia jest dziś na świetnym poziomie, a na naszym oddziale nie zbywa nam na niczym. Mamy bardzo dobry personel - przyznaje Magdalena Kukulska, starszy asystent na oddziale neonatologicznym. - Wcześniak to człowiek, który przychodzi na ten świat za wcześnie, z reguły niespodziewanie na różnym etapie ciąży. Inny jest ten, który przyszedł na tydzień czy dwa przed terminem, od dziecka, które urodziło się w 23 czy 24 tygodniu ciąży. Są to dzieci, zmagające się z problemami, które dla innych nie istnieją. Mają problemy z oddychaniem, nie mają odruchu ssania, więc nie potrafią jeść. Wszystko zależy od tego, jak dużą wolę do życia ma wcześniak. My możemy mu tylko pomagać. ©P



FOT. LUKASZ CAPAR

Jednym z punktów Dnia Wcześniejaka w słupskim szpitalu była degustacja okolicznościowego tortu

REKLAMA

008751867



Teraz **Wojska Polskiego 34**



Biznes

WYBIERAM SŁUPSK!

**WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O I PRZETARGU
USTNYM NIEOGRANICZONYM
Prezydent Miasta Słupska**

LOKAL UŻYTKOWY – miejsce na TWÓJ biznes!

informuje, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Słupsku przy pl. Zwycięstwa 3 (II piętro, obok pokoju 213) oraz na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl, zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o organizowanym I przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż lokalu niemieszkalnego nr 1 położonego na parterze w budynku przy ul. Wojska Polskiego 34 o pow. 22,43 m² wraz z udziałem 682/10 000 we własności części wspólnych budynku i w prawie własności działki nr 851/1 o pow. 142 m², położonej w obrębie 6 Miasta Słupska, objętej KW Nr SL1S/00034382/7.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi - 62 000,00 zł

Wadium - 6 200,00 zł

Postąpienie nie mniej niż 620,00 zł

Przetarg odbędzie się 28.12.2018 r. o godz. 13.00 w sali 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, plac Zwycięstwa 3 (II piętro).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 28.12.2018 r. na konto Miasta Słupska mBANK SA nr rachunku 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.

Dowód wniesienia wadium przez uczestnika przetargu podlega przedłożeniu komisji przetargowej przed otwarciem przetargu.

Osobie, która wygra przetarg, a uchyli się od zawarcia umowy notarialnej wpłaconego wadium nie zwraca się. Koszty aktu notarialnego ponosi nabywca.

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

Lokal będzie udostępniony do oglądania w dniu 10.12.2018 r. o godz. 15.00.

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



CO ŁĄCZY 3260 LED-ów I ŚWIETLANĄ KARIERĘ?

Kierowniku / Inżynierze Robót Elektrycznych –
sprawdź, czy między nami **zaiskrzy!**

Poszukujemy osób na stanowiska:



Kierownik Robót Elektrycznych



Inżynier Robót Elektrycznych

Sprawdź, co oferujemy. Aplikuj!

FBSerwis S.A., Region: Słupsk, Kobylnica, Ustka



praca@fbserwis.pl



514 815 867

fbserwis

www.fbserwis.pl

Teraz **Moniuszki 10****Biznes****WYBIERAM SŁUPSK!****WYCIĄG Z OGŁOSZENIA**

o II przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości położonej przy ul. Moniuszki 10 i Moniuszki, stanowiącej własność Miasta Słupska
Prezydent Miasta Słupska

LOKAL UŻYTKOWY – miejsce na TWÓJ biznes!

Informuje, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Słupsku przy pl. Zwycięstwa 3 (II piętro, obok pokoju 213) oraz na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl, zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o organizowanym II przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości zabudowanej położonej w obrębie 13 Miasta Słupska, składającej się z działek oznaczonych w ewidencji gruntów numerami: 500/2 o powierzchni 73 m², położonej przy ulicy Stanisława Moniuszki 10 i 502/2 o powierzchni 249 m², położonej przy ulicy Stanisława Moniuszki, dla której Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr SL1S/00115255/0.

Cena wywoławcza wynosi 195 000,00 zł.

Wadium 19 500,00 zł.

Postąpienie nie mniej niż 1 950,00 zł.

Przedmiotowa nieruchomość znajduje się na obszarze miasta objętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego „Park Kultury” na terenie o funkcji: tereny usług, tereny mieszkaniowe wielorodzinne (06.27.U.MW).

Działka nr 500/2 zabudowana jest jednolokalowym, dwukondygnacyjnym budynkiem niemieszkalnym o powierzchni użytkowej 98,35 m², działka nr 502/2 zabudowana jest murem murem budynkiem gospodarczym oraz znajdują się na niej brama dwuskrzydłowa, murem murem oraz pojedyncze drzewo. Przetarg odbędzie się w dniu 28.12.2018 r. o godz. 11⁰⁰ w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, plac Zwycięstwa 3 (II p.).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 20.12.2018 r. na konto: Miasto Słupsk, mBank S.A. Nr 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011.

Nieruchomość będzie udostępniona do oglądania w dniu 7.12.2018 r. o godz. 13.00.

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

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

Kalendarz goni władze w sprawie podwyżki podatku

Grzegorz Hilareckigrzegorz.hilarecki@gp24.pl**Słupsk**

Władze muszą się spieszyć w sprawie podwyżki podatków lokalnych, bo po uchwaleniu muszą one być opublikowane przez marszałka, by wejść w życie 1 stycznia 2019 roku. Goni je więc czas.

Władze Słupska chcą by wzrósł podatek od nieruchomości i podatek od środków transportu. Co ciekawe, w projekcie budżetu miasta na 2019 zapisano, że zwiększenie wpływów z tego podatku zaplanowano, ale

wpływ na to ma mieć większa liczba nieruchomości i uszczelnienie systemu, a nie podwyżka!

Tymczasem w przygotowanej na środę uchwale czytamy, że „proponuje się zwiększenie stawek podatku od nieruchomości o 1,6 proc. w stosunku do stawek obowiązujących w roku 2018. Pomimo zmiany Miasto Słupsk pozostanie w dalszym ciągu atrakcyjne dla przedsiębiorców i mieszkańców. Stawki podatków będą nadal konkurencyjne w stosunku do gmin ościennych”.

- Wzrost o stopień inflacji, czyli niewielki. A pamiętam, jak w Słupsku po kilku latach utrzymywnia niższych stawek, nagle zwiększono je o 10 procent. Lepiej więc robić to o inflację - uważa radny Artur

Wiszniewski, szef klubu prezydenckiego w nowej radzie.

Jak wyczytaliśmy, władza chce z tytułu podwyżki otrzymać o 610 500 zł więcej niż zapłacili słupszczanie w roku 2018.

Kilka razy więcej ma przynieść wzrost liczby nieruchomości w mieście i... uszczelnienie systemu.

- W tym wypadku nie miałam wyjścia i musiałam zwołać, jako przewodnicząca rady, sesję na środę - tłumaczy Beata Chrzanowska, która ponownie pełni funkcję szefa rady. - Wymuszają to terminy, jeśli chcemy, a władza chce, by decyzje podatkowe obowiązywały od 1 stycznia. Ale radni mają czas na zapoznanie się z projektami uchwał i przedyskutowanie we własnym gronie. Komisje rady

dopiero się tworzą. Zostaną wybrani ich członkowie i następnie się one ukonstytuują, wybiorą przewodniczących. Stanie się tak już po tej sesji.

Na początku więc nowej kadencji, a to druga sesja po pierwszej organizacyjnej, słupscy radni zostali rzućni na głęboką wodę. Od razu podejmą decyzje bezpośrednio dotyczące opłat płaconych miastu przez mieszkańców.

Co ciekawe, w projekcie przyszłorocznego budżetu słupska władza zakłada też większe o kilka milionów wpływów z tytułu płaconego przez mieszkańców podatku PIT. Na szczęście nie na skutek podwyżki, tylko wzrostu zarobków słupszczan, bo samorząd na wysokość tego podatku ma znikomy wpływ.

©P



Agencja Restrukturyzacji
i Modernizacji Rolnictwa

ROLNIKU!

**Zgłoś zwierzęta przez Internet!
Wejdź na Portal IRZplus
(www.arimr.gov.pl, zakładka IRZ)**

Portal przeznaczony jest dla posiadaczy zwierząt gospodarskich oznakowanych z gatunku bydło, owce, kozy oraz świny w celu nowoczesnego, szybkiego i wygodnego dokonywania przez Internet zgłoszeń dotyczących zdarzeń zwierzęcych.

Portal IRZplus umożliwia:

- wgląd do danych siedziby stada,
- przegląd danych zwierząt znajdujących się w siedzibie stada,
- zgłaszanie zdarzeń zwierzęcych bez konieczności wychodzenia z domu i w dowolnym czasie,
- przegląd zgłoszonych zdarzeń,
- składanie zapotrzebowania na numery kolczyków dla bydła, owiec i kóz lub ich duplikatów,
- zamawianie duplikatów paszportów dla bydła,
- sprawdzanie złożonych przez siebie dyspozycji.

Więcej informacji uzyskasz:

- na stronie internetowej ARiMR: www.arimr.gov.pl - zakładka IRZ, Obsługa zgłoszeń przez Internet - Portal IRZplus
- w oddziałach regionalnych i biurach powiatowych ARiMR
- pod bezpłatnym numerem infolinii: 800-38-00-84
- wysyłając wiadomość na adres: info@arimr.gov.pl w przypadku pytań o dostęp do aplikacji lub funkcjonalność Portalu IRZplus.

**Portal IRZplus jest dostępny pod adresem:
<https://irz.arimr.gov.pl>**

Jerzy Waldorff ma swoją ławkę. Towarzyszy mu Puzon

Słupsk**Alek Radomski**aleksander.radomski@gp24.pl

W minioną sobotę w Parku im. Jerzego Waldorffa uroczystie odsłonięto ławeczkę jego imienia. To wyraz uznania dla tego Honorowego Obywatela Słupska, entuzjasty i propagatora Festiwalu Pianistyki Polskiej.

- Dla nas słupszczan, a wielu jest takich, którzy pamiętają początki Festiwalu Pianistyki Polskiej - mówiła Krystyna Danilecka-Wojewódzka, prezydent Słupska. - Jerzy Waldorff to nade wszystko fantastyczny ambasador tego wydarzenia. Od pierwszego festiwalu przyjeżdżał do Słupska, zapowiadał koncerty i niewątpliwie rozślawiał nasze miasto.

Uroczyste odsłonięcie ławeczki im. Jerzego Waldorffa to wyraz uznania dla tego entuzjasty i propagatora słupskiego festiwalu. Jego barwna postać już stała się związana jest z historią miasta.

Ławeczka z jego podobizną ma być elementem architektury, który stworzy klimat miejsca tak bliskiemu Waldorffowi. Stała w parku im. Jerzego Waldorffa, naprzeciwko budynku filharmonii przy ul. Jana Pawła II i pomnika ulubionego kompozytora Karola Szymanowskiego.

Co ciekawe, Jerzy Waldorff na ławce nie jest sam. Towarzyszy mu wierny przyjaciel, jamnik Puzon, który dał się poznać jako ten, który szczerzał w radio, latał samolotem i występował



FOT. ŁUKASZ CAPAR

Ławeczka Jerzego Waldorffa jest zlokalizowana w parku jego imienia, naprzeciw budynku filharmonii

w telewizji. Publicysta wybrał jamnika z hodowli rekomendowanej przez Związek Kynologiczny. Puzon - nazwany imieniem muzycznym z inspiracji Natalii Gałczyńskiej, żony znanego poety - od razu stał się najważniejszym domownikiem Waldorffa. Na dodatek występował w dwóch postaciach, bo - jak Waldorff zdradził w jednym z wywiadów - gdy pierwszy Pu-

Od pierwszego festiwalu Waldorff przyjeżdżał do Słupska, zapowiadał koncerty i rozślawiał nasze miasto

Krystyna Danilecka-Wojewódzka

zon odszedł w zaświaty, to jego pan szybko kupił następnego, prawie identycznego jamnika.

Zanim rzeźbę odsłonięto, tuż obok przemaszerowała parada jamników i ich właścicieli.

Twórcą rzeźby jest pochodząca ze Szczecinka Dorota Dziekowska-Pilich, autorka m.in. projektu statuetki Fryderyk - Nagrody Polskiej Akademii Fonograficznej, akcji „Cała Polska czyta dzieciom”. Artystka na koncie ma wiele rzeźb plenerowych, pomników, fontann i elementów małej architektury w Polsce i za granicą.

Nie tylko ławeczka upamiętnia Jerzego Waldorffa w Słupsku. W foyer filharmonii znajduje się popiersie, a na jednym z murali można rozpoznać jego charakterystyczną postać.

©P

DLA FIRM

Teraz każdy abonament 6 miesięcy za darmo

i sprzęty w supercenach



SAMSUNG
Galaxy S9+

PLUS.PL

Dotyczy wybranych wariantów ofert. Szczegóły w Regulaminach Promocji: „Firma 6 ABO GRATIS”,
„WIELOSIM Firma 6 ABO GRATIS” dostępnych w Punktach Sprzedaży oraz na plus.pl
Mapa zasięgu i parametry technologii LTE Advanced dostępne na plus.pl

plus

Przyjdź i sprawdź! **SZCZECIN** Auchan, ul. Struga 36 | Galaxy, al. Wyzwolenia 18/20
Helios, ul. Rydla 50 | Molo, ul. Mieszka I 73 | Ster, ul. Ku Słońcu 67
Turzyn, ul. Bohaterów Warszawy 42 | ul. Wojska Polskiego 62

Unia zatwierdziła brexit

Przywódcy Unii deklarowali zadowolenie z przyjętego porozumienia, Wielka Brytania mniej - tak można podsumować wczorajszy szczyt i historyczne porozumienie - podstawę prawną wyjścia Wielkiej Brytanii ze Wspólnoty.

Przywódcy 27 krajów zatwierdzili wczoraj umowę ws. brexitu oraz deklarację polityczną odnośnie przyszłych relacji. Dokument „rozwodowy” musi zostać teraz ogłoszony przez parlament europejski i brytyjski. Porozumienie zakłada utrzymanie dwuletniego okresu przejściowego, podczas którego Wielka Brytania nadal będzie opłacać składki członkowskie oraz współfinansować unijne projekty. Okres przejściowy może zostać przedłużony.

Do umowy, która liczy 585 stron, dołączona jest 15-stronowa deklaracja polityczna, zapowiadająca przyszłe unijno-brytyjskie relacje handlowe. Negocjatorzy obu stron ustalili m.in. zagwarantowanie praw obywateli UE w Wielkiej Brytanii i brytyjskich w państwach unijnych, rozliczenie finansowe między obiema stronami, ramy rozwiązania ewentualnych konfliktów oraz wypracowanie mechanizmu gwarantującego, że nie będzie powrotu do twardej granicy między Irlandią a Irlandią Północną. Kwestią kluczową dla UE jest utrzymanie trzech filarów, na których zbudowana została Unia: swobody przepływu ka-



Teresa May, która ma bardzo dużo przeciwników w Izbie Gmin, powiedziała, że „całym sercem popiera porozumienie”

pitału, usług i osób. Czy rzeczywiście tak będzie, nie wiadomo. Wiadomo natomiast, że Wielka Brytania traci prawo głosu na forum UE, ale jej urzędnicy pozostaną w unijnych strukturach, co dobitnie podkreślał Jean-Claude Juncker. Jest to kwestia nie bez znaczenia dla kilku tysięcy brytyjskich eurokratów, zajmujących często kluczowe stanowiska we Wspólnocie.

Umowa w sprawie wyjścia Wielkiej Brytanii z UE gwarantuje prawa Polaków na Wyspach, interesy polskich firm i unijny budżet - mówił premier Mateusz Morawiecki po zakończeniu niedzielnej sesji. Premier podkreślał, że wszystkie dotychczasowe

prawa i przywileje, w tym zasiłki dla Polaków obecnie przebywających w Królestwie, zostaną utrzymane.

Negocjacje do ostatniej chwili przebiegały w nerwowej atmosferze. Dopiero w sobotę udało się dojść do porozumienia z Hiszpanią, która groziła blokadą w związku ze sporną kwestią dotyczącą Gibraltaru.

Umowa brexitowa ma zakończyć prawie dwuletnie negocjacje Brukseli z Londynem, a do samego brexitu ma dojść 29 marca 2019 r. Jednak nie jest do końca pewne, czy rzeczywiście tak będzie. Parlament brytyjski, który będzie debatował nad porozumieniem w ciągu najbliższych 2-3 tygodni, może odrzucić dzisiaj-

szcze ustalenia. Niewykluczone, że doprowadziłoby to do upadku rządu Teresy May. Brytyjska Izba Gmin może również zażądać zmian w umowie. Taką ewentualność już na samym początku odrzucił J. C. Juncker, przewodniczący Komisji Europejskiej, dodając, że jest to „najlepsze porozumienie z możliwych w obecnych warunkach”.

Donald Tusk, przewodniczący Rady Europejskiej, był bardziej dyplomatyczny, mówiąc, że nie jest wróżką i nie chce spekulować na temat innych scenariuszy. Przywódcy Unii liczą na bliską współpracę z Wielką Brytanią w dziedzinie obronności z uwagi na potencjał nuklearny tego kraju.

Sami Brytyjczycy są bardzo podzieleni. Politycy mówią o ewentualnym drugim referendum zatwierdzającym ratyfikację umowy brexitowej. Premier Teresa May, która ma bardzo dużo przeciwników w Izbie Gmin, wczoraj zapowiedziała jednak, że „całym sercem popiera porozumienie”. Wyprzedzając niejako krytykę opozycji pod swoim kątem, May zapewniała, że Wielka Brytania odzyska pełną kontrolę nad swoimi granicami - kończąc swobodę przepływu osób z Unii Europejskiej.

Jeremy Corbyn, szef opozycyjnej Partii Pracy, nazwał wczorajsze porozumienie „żałosną pomyłką negocjacyjną”. Partia Pracy zapowiedziała już tworzenie koalicji parlamentarnej blokującej porozumienie. ©©

Katarzyna Stańko

Prokuratura vs TVN

Warszawa

Prokuratura odwołała przesłuchanie Piotra Wacowskiego, operatora TVN, który w trakcie realizacji reportażu o polskich neonazistach pozował do zdjęć na tle flag ze swastykami.

W połowie listopada portal wPolityce.pl opublikował zdjęcie Wacowskiego, który pokazywał nazistowski gest na tle flag ze swastykami. Wcześniej portal opublikował zeznania jednego z oskarżonych neonazistów, który miał przyznać w rozmowie ze śledczymi, że przed zorganizowaniem „urodzin Hitlera” nieznani mężczyźni wręczyli mu 20 tys. zł. Impreza z 2017 r. została ujawniona w reportażu TVN.

Mimo że TVN zaprzeczył tym doniesieniom, sprawą zajęła się prokuratura.

„Dwaj funkcjonariusze Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego przyszli do domu Wacowskiego w piątek ok. godz. 20.15. Jego mieszkanie musiało być obserwowane, bo dosłownie parę minut wcześniej wrócił z pracy. W czwartek operator dostawał SMS-y, że ma się skontaktować z ABW, ale nie były podpisanymi, więc na nie nie odpisywał” - pisała „Gazeta Wyborcza”.

Wacowski miał usłyszeć zarzut propagowania nazizmu, za który grozi do dwóch lat więzienia. W jego obronie stanęli niektórzy dziennikarze i politycy opozycji. Zarzuty określili „absurdalnymi” z uwagi na wcieleniowy charakter reportażu. „(...) Partia, która od trzech lat rządzi w naszym kraju, traktuje wolne media z wrogością, zwalcza je i używa wobec nich niegodnych oraz oszczerczych

argumentów”, „niezależność mediów jest jedną z gwarancji jakości systemu demokratycznego” - podkreślono w liście, który podpisało ponad 70 dziennikarzy i redaktorów naczelnych. Po stronie Wacowskiego opowiedzieli się też politycy PO.

Po fali krytyki prokuratura odwołała przesłuchanie i opublikowała komunikat. „Prokuratura Krajowa uznała, że przedwczesne jest stawienie zarzutów operatorowi TVN, który wykonywał gesty nazistowskie podczas spotkania ku czci Adolfa Hitlera w kwietniu 2017 roku i odwołała wyznaczony mu termin stawienia się w prokuraturze” - czytamy.

TVN broni swoich dziennikarzy. „Autorzy reportażu postępowali zgodnie ze wszystkimi standardami dziennikarstwa śledczego. Stawianie tego, który ujawnia działalność przestępczą, na równi z przestępcami traktujemy jako próbę zastraszenia dziennikarzy” - tłumaczy stacja.

Emocji sprawie dodaje śródowe spotkanie ambasador USA z polskimi parlamentarzystami. Georgette Mosbacher przestrzegła przed wprowadzaniem zmian w prawie dotyczącym mediów. „Powinniście mieć świadomość, że jedna rzecz, co do której Kongres amerykański się zgadza, zarówno demokraci, jak i republikanie, to jest wolność prasy. W tej chwili kongres w USA jest bardzo pozytywnie nastawiony do Polski. I demokraci, i republikanie bardzo chętnie pomagają Polsce, bo wiedzą, że Polska jest bardzo ważnym sojusznikiem. Ale to się może wszystko posypać, jeśli chodzi o wolność prasy, to tu wszystko jest czarno-białe w USA” - mówiła. ©©

We Francji narasta bunt przeciw prezydentowi Macronowi i jego polityce zaciskania pasa

Francja

Katarzyna Stańko

katarzyna.stanko@polskapress.pl

Ponad 160 tysięcy Francuzów demonstrowało w sobotę w protestach ruchu „żółtych kamizelek” w wielu miastach Francji. W Paryżu doszło do brutalnych starć z policją. Osiem osób zostało rannych, ponad 30 aresztowano.

Demonstranci rzucali w policję płytami chodnikowymi, demolowali sklepy i restauracje w centrum miasta. W samym sercu Paryża, w alei Champs-Élysées demonstranci ustawili barykadę, którą następnie podpalili. Policja użyła przeciwko protestującym gazu łzawiącego i armatek wodnych.

Prezydent potępił przemoc, jakiej dopuszcza się ruch „żół-



W czasie protestów „żółtych kamizelek” rannych zostało już ponad 400 osób, a 109 aktywistów zostało aresztowanych

tych kamizelek”, który od kilku tygodni organizuje protesty w całej Francji. Emmanuel Macron, dziękując służbom za wysiłki poskromienia zamieszek, oświadczył, że manifestowanie niezadowolenia w ten

sposób to „wstyd dla wszystkich, którzy atakowali służby”.

Ruch „żółtych kamizelek” protestujący początkowo przeciwko wyższym cenom paliwa przerodził się w masowy sprzeciw wobec polityki zaciskania

pasa, którą proponuje prezydent Macron. Swoją nazwę wzięli od kamizelek odblaskowych, które posiadają francuscy kierowcy w swoich samochodach. Francuzi wychodzący na ulicę twierdzą, że nie są w stanie utrzymać się ze swoich pensji przy tak rosnących cenach i wycofywaniu się państwa ze swoich zobowiązań wobec obywateli.

Francuskie ministerstwo spraw wewnętrznych szacuje, że w ostatnich dniach w czasie protestów „żółtych kamizelek” rannych zostało już ponad 400 osób, a 109 aktywistów zostało aresztowanych.

Kolejne manifestacje zapowiedziano na 1 grudnia. Ruch popierany jest przez środowiska związane z ultrapravicową partią Porozumienie Narodowe Marine Le Pen. ©©

Warszawa

Ministerstwo zlikwiduje elektrownie wiatrowe

Jak informuje portal wysokienapiecie.pl, wszystkie funkcjonujące dziś w Polsce farmy wiatrowe trafią na złom do 2035 roku, a w ich miejsce nie powstaną już nowe wiatraki. Likwidację elektrowni wiatrowych przewiduje projekt Ministerstwa Energii - „Polityka energetyczna Polski do 2040 roku”. (AIP)

Warszawa

Banany z kokainą trafiły do kilku województw

Pracownicy sklepu spożywczego w Sokołowie Podlaskim odkryli, że w kartonach z bananami ukryte są woreczki z kokainą. Okazuje się, że narkotyki trafiły też do sklepów w woj. łódzkim i dolnośląskim. Trwa śledztwo w tej sprawie. (AIP)

Warszawa

Prezydent w Bułgarii

Z okazji 100. rocznicy nawiązania stosunków dyplomatycznych pomiędzy Polską i Bułgarią para prezydencka odwiedzi Sofię. Wizyta potrwa dwa dni. (AIP)

Warszawa

Kazimierz Kutz w szpitalu. „Bardzo zły stan zdrowia”

Kazimierz Kutz, reżyser i były polityk, trafił do szpitala w podwarszawskim Józefowie. Jak podał „Dziennik Zachodni”, jego stan jest bardzo ciężki. Kutz w lutym skończy 90 lat. (AIP)

Podlaskie

Karambol na moście

W sobotę, około godz. 17, na drodze pomiędzy Białymostkiem a Wysokiem Białym doszło do karambolu. Na moście w miejscowości Baciuty zdarzyło się dwanaście pojazdów. Nikomu z uczestników zdarzenia nie stało się nic poważnego. (AIP)



Nieruchomości Orange

Na sprzedaż

Koszalin, ul. Władysława IV 22A
woj. zachodniopomorskie



Budynek biurowy w bardzo dobrym stanie technicznym

- i** Powierzchnia budynków: 2 136 m²
Powierzchnia gruntów: 1 361 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Gryfice, ul. Armii Krajowej 3
woj. zachodniopomorskie



Biura z garażami i parkingiem naziemnym

- i** Powierzchnia budynków: 1 250 m²
Powierzchnia gruntów: 2 631 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Police, ul. Bankowa 30
woj. zachodniopomorskie



Budynek z dużym placem w dogodnej lokalizacji

- i** Powierzchnia budynków: 1 164 m²
Powierzchnia gruntów: 1 998 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Koszalin ul. Komunalna 8
woj. zachodniopomorskie



Nieruchomość biurowa blisko głównej arterii miasta

- i** Powierzchnia budynków: 171 m²
Powierzchnia gruntów: 9 440 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-magazynowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Mirosławiec kol. Kalinówka
woj. zachodniopomorskie



Duża działka przy DK10

- i** Powierzchnia budynków: 384 m²
Powierzchnia gruntów: 11 379 m²
Możliwości inwestycyjne: grunty
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Darłowo, ul. Morska 3
woj. zachodniopomorskie



Nieruchomość komercyjna przy deptaku miejskim

- i** Powierzchnia budynków: 1 002 m²
Powierzchnia gruntów: 961 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Chojna ul. Bałtycka 7
woj. zachodniopomorskie



Budynek biurowy z garażami i parkingiem

- i** Powierzchnia budynków: 1 428 m²
Powierzchnia gruntów: 2 301 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-magazynowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Kamień Pomorski ul. Mieszka I 4B
woj. zachodniopomorskie



Budynek biurowy z parkingiem naziemnym 200 m od dworca PKP

- i** Powierzchnia budynków: 1 169 m²
Powierzchnia gruntów: 2 140 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Pyrzyce, ul. Księcia Bogusława X 13-15
woj. zachodniopomorskie



Nieruchomość pod handel, usługi lub mieszkania w centrum miasta

- i** Powierzchnia budynków: 1 490 m²
Powierzchnia gruntów: 1 689 m²
Możliwości inwestycyjne: mieszkalno-usługowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Białogard, ul. Stamma 1B
woj. zachodniopomorskie



Budynek biurowo-techniczny na Osiedlu Olimpijczyków

- i** Powierzchnia budynków: 254 m²
Powierzchnia gruntów: 627 m²
Możliwości inwestycyjne: biurowo-magazynowe
- i** Kontakt: Ryszard Rawski
tel.: 519 127 058

Zapraszamy agencje pośrednictwa do współpracy z firmą Orange Polska S.A. przy sprzedaży nieruchomości na terenie całej Polski. Więcej informacji pod numerem telefonu: 800 300 400 oraz na nieruchomosci.orange.pl

Jaką rentę można dostać (cz. 1)

Komu należy się renta chorobowa

Renty chorobowe pobiera obecnie ponad 770 tys. osób

Ubezpieczenia

Myślisz, że zły stan zdrowia jest podstawą do przyznania renty chorobowej? Niezupełnie. Wyjaśnienie zaczniemy od tego, że renta chorobowa to jedynie potoczna nazwa świadczenia, które formalnie nosi nazwę - renta z tytułu niezdolności do pracy. Nazwa ta wskazuje na to, że przyznawana jest ona z uwagi na niezdolność do pracy wynikającą ze złego stanu zdrowia. Sam fakt choroby nie stanowi więc podstawy do ubiegania się o rentę. Istotne jest to, czy skutkiem choroby jest utrata zdolności do wykonywania pracy. Skomplikowane? Wcale nie!

Niezdolność do pracy

Orzeczenie o niezdolności do pracy wydaje lekarz orzecznik ZUS. Po tym, jak osoba zainteresowana otrzymaniem renty, złoży wniosek o jej przyznanie, zostanie poddana badaniu przez lekarza orzecznika. Będzie ono przeprowadzone w siedzibie orzecznika, a jeśli stan zdrowia ubezpieczonego na to nie pozwala - w domu ubezpieczonego.

Badanie w praktyce ma niewiele wspólnego z tym, które przeprowadza lekarz rodzinny lub specjalista. Polega ono przede wszystkim na ocenie, czy schorzenia przeszkadzają danej osobie w wykonywaniu pracy zawodowej. Wiedzę o jej stanie zdrowia, przebiegu leczenia i warunkach, w jakich dotychczas wykonywała pracę, orzecznik czerpie z dokumentacji, którą trzeba do niego dostarczyć. Orzecznik, stwierdzając niezdolność do pracy, określa jej stopień. Od niego zależy wysokość renty oraz zakres przywilejów na przykład związanych z ulgowymi przejazdami. Przyznawane są następujące stopnie niezdolności do pracy: częściowa niezdolność do pracy (dla osób w znacznym stopniu niezdolnych do wykonywania pracy zgodnej ze swoimi kwalifikacjami); całkowita niezdolność do pracy (dla osób niezdolnych do wykonywania jakiegokolwiek pracy); całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji (dla osób niezdolnych do wykonywania jakiegokolwiek pracy, które wymagają stałej lub długotrwałej opieki ze strony innej osoby).



Najniższa renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy ma wysokość 1.029,80 zł brutto, zaś z tytułu częściowej - 772,35 zł

Wymagany staż

Drugim, obok niezdolności do pracy, warunkiem koniecznym do otrzymania renty, jest staż ubezpieczeniowy (okresy składkowe, a także nieskładkowe w części, która nie przekracza jednej trzeciej udokumentowanych okresów składkowych). Długość wymaganego minimalnego stażu zależy od wieku ubiegającego się o rentę i wynosi: rok - dla osób przed 20. rokiem życia; 2 lata - dla osób w wieku 20-22 lata; 3 lata - dla osób w wieku 22-25 lat; 4 lata - dla osób w wieku 25-30 lat; 5 lat - dla osób, które ukończyły 30 lat.

Od osób powyżej 30. roku życia wymaga się dodatkowo, by 5-letni staż przypadał na okres

Niezdolność do pracy, która powstała w okresie wskazanym w ustawie i odpowiadni staż - to warunki przyznania renty chorobowej

ostatnich 10 lat przed złożeniem wniosku o rentę (lub powstaniem niezdolności do pracy, jeśli starający się o rentę ma już orzeczoną niezdolność do pracy).

Wyjątkowo renta może zostać przyznana osobom, które nie mają wymaganego stażu ubezpieczeniowego, jeśli: zostały ubezpieczone (na przykład podjęły pracę) przed ukończeniem 18. roku życia lub w ciągu 6 miesięcy od ukończenia szkoły albo studiów oraz od dnia ubezpieczenia aż do dnia powstania niezdolności do pracy były ubezpieczone bez przerwy.

Dopuszczalne są jedynie przerwy nie dłuższe niż 6 miesięcy. Warunku udowodnienia 5 lat stażu ubezpieczeniowego w ostatnim 10-leciu nie musi natomiast spełnić osoba, która jest całkowicie niezdolna do pracy i ma co najmniej 25 lat stażu (w przypadku kobiet) lub 30 lat (dla mężczyzn).

Ważne, w jakim okresie

Trzeci warunek konieczny do otrzymania renty chorobowej to powstanie niezdolności do pracy w trakcie okresów wy-

mienionych w przepisach lub w ciągu 18 miesięcy po ich zakończeniu. Chodzi tu przede wszystkim o okresy: zatrudnienia; prowadzenia własnej działalności, jeśli opłacono składkę ubezpieczeniową; wykonywania umowy-zlecenia lub umowy agencyjnej, jeśli opłacono składkę ubezpieczeniową; pobierania zasiłku dla bezrobotnych; służby wojskowej; pobierania zasiłku chorobowego.

Wyjątkowo wymóg powstania niezdolności do pracy w jednym z wymienionych wyżej okresów nie dotyczy osób, które zostały uznane za całkowicie niezdolne do pracy i mają staż ubezpieczeniowy wynoszący co najmniej 20 lat w przypadku kobiet i 25 lat w przypadku mężczyzn.

Wniosek o rentę

Osoba, która chce starać się o rentę z tytułu niezdolności do pracy, powinna złożyć wniosek. Do wniosku o przyznanie renty należy dołączyć:

- kwestionariusz dotyczący okresów składkowych i nieskładkowych;

- dokumenty potwierdzające okresy składkowe i nieskładkowe (świadczenia pracy, legitymację ubezpieczeniową, zaświadczenie szkoły wyższej o programowym toku trwania ukończonych studiów);

- zaświadczenie pracodawcy o wysokości osiąganego wynagrodzenia lub legitymację ubezpieczeniową, zawierającą wpisy dotyczące zarobków;

- zaświadczenie o stanie zdrowia wydane przez lekarza prowadzącego leczenie, wystawione nie wcześniej niż miesiąc przed datą złożenia wniosku;

- inną dokumentację medyczną będącą w posiadaniu osoby ubiegającej się o rentę, która może mieć znaczenie dla wydania orzeczenia przez lekarza orzecznika ZUS (historia choroby, karty informacyjne z leczenia szpitalnego, karta badania profilaktycznego, dokumentacja rehabilitacji leczniczej lub zawodowej);

- wywiad zawodowy - ankietę wypełnioną przez płatnika składek.

Patrycja Wacławska

WARTO WIEDZIEĆ

NA JAK DŁUGO

Niezdolność do pracy może być orzeczona na okres nie dłuższy niż 5 lat. Jedynie w przypadku, gdy według wiedzy medycznej nie ma rokowań odzyskania zdolności do pracy przed upływem tego okresu, niezdolność może być orzeczona na okres dłuższy. Jeżeli osobie uprawnionej do renty z tytułu niezdolności do pracy przez okres co najmniej ostatnich 5 lat poprzedzających dzień badania lekarskiego brakuje mniej niż 5 lat do osiągnięcia wieku emerytalnego, w przypadku dalszego stwierdzenia niezdolności do pracy orzeka się niezdolność do pracy na okres do dnia osiągnięcia tego wieku.

WYSOKOŚĆ RENTY

Aby ustalić wysokość renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy, ZUS doda do siebie:

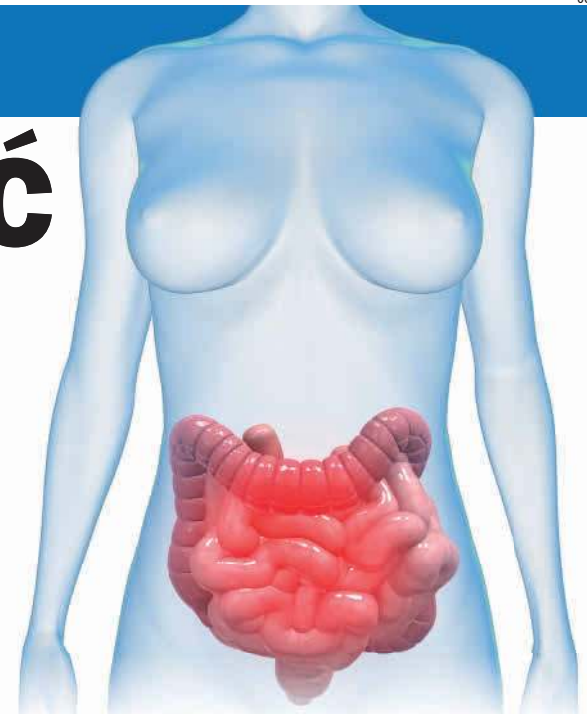
- 24 proc. kwoty bazowej;
- po 1,3 proc. podstawy wymiaru za każdy rok okresów składkowych, z uwzględnieniem pełnych miesięcy;
- po 0,7 proc. podstawy wymiaru za każdy rok okresów nieskładkowych, z uwzględnieniem pełnych miesięcy;
- po 0,7 proc. podstawy wymiaru za każdy rok okresu, który brakuje do pełnych 25 lat stażu ubezpieczenia (okresów składkowych i nieskładkowych), liczonych od dnia, w którym zainteresowany złoży wniosek o rentę, do dnia, w którym osiągnie 60 lat. Okres ten nazywany jest stażem hipotetycznym. Renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy wynosi 75 proc. renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy. Jeśli orzeczono także niezdolność do samodzielnej egzystencji, renciście przysługuje dodatek pielęgnacyjny w wysokości 215,84 zł.

Reguluje perystaltykę i rytm wypróżnień już od pierwszego użycia

POZBAŹ SIĘ ZAPARĆ RAZ NA ZAWSZE!

**DZIĘKI TEJ METODZIE SZYBKO I BEZPIECZNIE
UWOLNISZ SIĘ OD ZAPARĆ, WZDĘĆ, KOLEK!**

Zapomnij o długich i męczących wizytach w toalecie, uczuciu pełności, gazach i wzdęciach. Dzięki tej metodzie możesz, tak jak 365 tysięcy Polaków, szybko i skutecznie odzyskać prawidłową pracę jelit oraz regularny rytm wypróżnień. I to bez wizyt u lekarza.



Już co druga osoba w Polsce cierpi na problemy z regularnym wypróżnianiem. Ta dolegliwość nie tylko pogarsza samopoczucie, ale jest też bardzo niebezpieczna dla zdrowia.

DLACZEGO?

Tłumaczy **dr Antoni Malicki**,
specjalista ds. gastrologii



„Zaparcia mogą być bardzo szkodliwe, dlatego nie można ich lekceważyć. Zalegające w jelitach produkty przemiany materii mogą wy-

wołać szereg nieprzyjemnych powikłań. Jeśli problemy z wypróżnianiem zostaną zignorowane, mogą spowodować poważne zatrucie organizmu. Wynika to z tego, że zalegające resztki pokarmowe zaczynają fermentować, uwalniać się do krwiobiegu i zatrzymywać organizm. Nierozwiązany problem zaparć może prowadzić do długotrwałego stanu zapalnego, a nawet do raka jelita grubego”.

problemy z regularnym wypróżnianiem wcale nie powinny ich stosować, ponieważ w przyszłości w ogóle nie będą mogli się wypróżniać bez nich. Uszkodzony przez środki przeczyszczające układ trawienny nie będzie przyjmował składników odżywczych z jedzenia, co może prowadzić do niedożywienia, a w konsekwencji wyniszczenia organizmu.

Dlatego, aby pozbyć się zaparć raz na zawsze bez skutków ubocznych, trzeba skorzystać ze sposobu, który naturalnie aktywuje jelita do pracy, a nie rozwiązuje problem jednorazowo.

Poznaj metodę, opartą na naturalnej mieszance roślinnej, która pozwala:

- ✓ przywrócić **naturalny rytm wypróżnień** i pozbyć się zaparć;
- ✓ długotrwale **usunąć wzdęcia** i towarzyszący im ból brzucha, kłucie, gazy lub rozpieranie;
- ✓ przywrócić **prawidłową pracę jelit** i uregulować przemianę materii.

Lecznicza moc natury

Niezwykła skuteczność tej metody polega na tym, że w przeciwieństwie do środków przeczyszczających, trafia ona w samo źródło problemu i **działa długofalowo**. Reguluje napięcie mięśniowe jelit i pobudza je do pracy. Jest w 100% naturalna i bezpieczna – nie podrażnia przewodu pokarmowego ani ścian jelit.

Najsukuteczniejszy sposób na zaparcia

Środek zbiera też pochlebne opinie specjalistów, którzy przyznają, że na rynku w tym momencie nie ma niczego lepszego: „To pierwszy tego typu suplement, który działa tak skutecznie, a przy tym jest bezinwazyjny” – przyznaje dr Malicki.

„Wizyty w toalecie przestały być udręką”

„W przeszłości byłem wielką fanką herbatek odchudzających i przeczyszczających z senesem, co doprowadziło do olbrzymich problemów z wypróżnianiem. Miałam poczucie, że mój metabolizm zaniknął. Nie byłem w stanie się wypróżnić bez środków przeczyszczających. Doszłam do momentu, że musiałam wypić 10 herbatek na odchudzanie pod rząd, żeby na mnie podziałało. Czułam się jak balon. Wzdęta i napuchnięta. Nie miałam energii do życia, bolał mnie brzuch i głowa. Dopiero zastosowanie naturalnego środka pobudzającego pracę jelit przywróciło moje życie do normy. Mogę wreszcie funkcjonować bez ciągłego myślenia o pójściu do toalety”.

Maria G. (60 lat) z Koszalina

Pomoc w walce z jelitem drażliwym

Dzięki swoim właściwościom regenerującym suplement przywraca prawidłowe napięcie mięśni i odnawia układ trawienny. To właśnie dlatego 98% osób, które go spróbowały, przyznają, że już po pierwszej dawce przestały mieć problemy z zaparciami, a bóle brzucha i wzdęcia zniknęły jak ręką odjął. Kolejne 79% potwierdza, że w pierwszych dniach refluksu i uciążliwe skurcze żołądka minęły.

Natychmiastowe działanie

Dzięki tak wysokiej skuteczności tysiące osób sięga coraz częściej po tę metodę.

To metoda dla Ciebie, jeśli chcesz:

- **pozbyć się zaparć i wzdęć**
- **oczyścić organizm ze złogów i toksyn**
- **uregulować rytm wypróżnień**

Nic w tym dziwnego, skoro tak szybko przywraca ona regularny rytm wypróżnień, uwalnia od bólu brzucha i wzdęć oraz działa bez efektów ubocznych.

Preparat od niedawna jest dostępny w Polsce. Można go otrzymać jedynie w telefonicznej sprzedaży klubu rabatowego. Dodatkowo w ramach wielkiej promocji pierwsze 100 osób ma szansę dostać atrakcyjną zniżkę.

WAŻNE!

Jeśli cierpisz nie tylko na zaparcia, ale również czujesz się ociężały, osłabiony, często chorujesz lub cierpisz na alergię, może to oznaczać, że Twój organizm jest bardzo zatruty. A stąd tylko krok do poważnych chorób.

Jak skutecznie pozbyć się zaparć?

Środki przeczyszczające to tylko tymczasowe rozwiązanie. Stosowane długoterminowo rozleniwiają jelita i zaburzają ich naturalną pracę. Osoby cierpiące na

WIELKA PROMOCJA KLUBU RABATOWEGO!

Pierwsze 100 osób, które zadzwoni do 1 grudnia 2018 r., dostanie **70% zniżki!** Otrzymasz wówczas naturalny preparat na zaparcia za udział w klubie rabatowym **tylko za 323 zł 97 zł** (wysyłka GRATIS)!

Zadzwoń już dziś!
85 688 70 11

Poniedziałek–piątek 8:00–21:00, sobota i niedziela 9:00–21:00
(Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)



**TYLKO do
1 grudnia
70%
taniej!**



Regulamin: trnsndndtms-prvtplc.com

Telefon kontaktowy w sprawach zwrotów i reklamacji: 91 443 79 19

Naszą misją jest wspieranie rozwoju społeczno-gospodarczego kraju

Rozmowa z Beatą Daszyńską - Muzyczką, prezes Banku Gospodarstwa Krajowego

BGK jest jednym z inicjatorów Funduszu Trójmorza, którego zadaniem jest wygenerowanie inwestycji w naszym regionie o łącznej wartości 100 mld euro. Na co chcecie skierować te pieniądze?

Wielkość tego funduszu szacowana jest na 5 mld euro, ale liczymy, że zaangażuje się w inwestycje, których wartość nawet przekroczy 100 mld euro. Oczywiście, do tego daleka droga. W nasze prace trzeba włączyć wielu inwestorów, którzy będą zainteresowani tak dużymi przedsięwzięciami.

Jakie to dokładnie przedsięwzięcia?

Fundusz Trójmorza będzie finansował inwestycje odpowiadające na potrzeby 11 krajów leżących w Europie Środkowej. 12 członek Trójmorza - Austria - jest lepiej rozwinięta niż pozostałe kraje tworzące tę inicjatywę. Obszar leżący w obszarze trzech mórz - Adriatyku, Bałtyku i Morza Czarnego - jest bardzo podzielony. Brakuje połączeń drogowych, kolejowych, energetycznych, cyfrowych pomiędzy krajami regionu.

Według planów ma powstać szybkie połączenie kolejowe między Warszawą i Budapesztem.

Prace nad tym projektem byłyby finansowane w inny sposób, być może z funduszy krajów Grupy Wyszehradzkiej. Natomiast Fundusz Trójmorza będzie koncentrował się na trzech sektorach: transport, energia i sektor cyfrowy. Prezydenci poszczególnych krajów zdefiniowali już ok. 70 priorytetowych projektów z całego regionu. Będziemy je przeglądać i zastanawiać się, które powinny być realizowane przez nasz fundusz. Zależy nam, aby wybrać takie, które przyniosą nam minimalny, założony w strategii zwrot zainwestowanych pieniędzy.

Fundusz ma na siebie zarabiać?

Gdyby zależało nam przede wszystkim na zyskach, to zainwestowalibyśmy w spółki technologiczne, bo one potrafią przynosić oszałamiające stopy wzrostu. Funduszowi



FOT. PIOTR MAŁECKI

będzie zależeć na znalezieniu projektów budujących wartość dodaną dla naszego regionu. To będą m.in. projekty drogowe oraz kolejowe, choć w tym drugim przypadku na forum Unii Europejskiej musimy uzgodnić ujednolicenie przepisów prawno-technicznych, bo obecnie są bardzo duże rozbieżności pomiędzy krajami. Chcemy także przyczynić się do stworzenia połączenia gazowego między Świnoujściem i wyspą Krk. Myślimy także bardzo mocno o tym, żeby drogę Via Carpatia wzbogacić o elementy infrastruktury cyfrowej, np. światłowód, by wzmocnić rozwój internetu szerokopasmowego. Tylko w ten sposób sprawimy, że Europa Środkowa wreszcie przestanie być miejscem, w którym powstają wyłącznie centra logistyczne firm z Europy Zachodniej. Trzeba spojrzeć na Europę jak na całość i szukać rozwiązań pozwalających wyrównać szanse między poszczególnymi częściami Unii Europejskiej.

BGK przede wszystkim jednak skupia się na działaniach

niach na terenie Polski. Waszym głównym zadaniem jest wspieranie rozwoju kraju. W jaki sposób?

Wspieranie rozwoju społeczno-gospodarczego kraju to nasza misja. Jesteśmy bankiem, który finansuje przedsiębiorców i samorządy, angażuje się w kluczowe dla państwa inwestycje, dystrybuje środki unijne i konsoliduje finanse publiczne. Mamy szereg programów skierowanych do mikro-, małych i średnich firm, bo to one są pulsem rozwoju gospodarczego. Dużym powodzeniem cieszy się między innymi kredyt na innowacje z premią technologiczną, czyli dotacją, która może wynieść nawet 6 mln zł. To dobra oznaka, bo dzięki temu wzrasta innowacyjność firm. Chcemy ten produkt promować jeszcze bardziej. Zamierzamy wykorzystać naszą regionalną sieć do tego, żeby szerzej przekazać informację o zaleczeniach tego produktu i dotrzeć z nią do przedsiębiorców.

Kto może się o niego ubiegać?

Właściwie każdy przedsiębiorca z sektora MŚP korzystający z urządzeń technologicznych. Nie zawężamy dostępu do tego kredytu. Mogą się o niego ubiegać firmy, które chcą wprowadzić nowe - własne lub kupione - rozwiązania technologiczne. I wcale nie muszą to być od razu firmy stosujące rozwiązania Przemysłu 4.0. Równie dobrze taki kredyt może uzyskać przedsiębiorstwo działające w branży znanej od lat. Zajmujemy się także dystrybuowaniem środków unijnych we wszystkich regionach kraju. Mogą z nich korzystać lokalne firmy, samorządy, a także osoby, które planują założyć biznes.

Jakie jeszcze zadania realizujecie?

Część zadań realizujemy sami, a w obszarze inwestycji zlecamy pracę wyspecjalizowanym podmiotom, z którymi ściśle współpracujemy, takim jak TFI PFR SA, PFR Nieruchomości SA czy Polski Fundusz Rozwoju SA. Te podmioty zarządzają fundu-

szami lub aktywami funduszy, w których jesteśmy inwestorem - jedynym lub głównym. My zapewniamy kapitał, a TFI PFR - na podstawie umowy z nami i w oparciu o posiadaną licencję - odpowiada za realizację zadań inwestycyjnych.

Kierowany przez panią bank jest - przynajmniej w części - odpowiedzialny za realizację programu „Mieszkanie plus”. Jak przebiega jego realizacja?

Za realizację programu „Mieszkanie plus” w pełni odpowiada spółka PFR Nieruchomości. My jesteśmy 100-procentowym inwestorem w Funduszu Mieszkań na Wynajem oraz w Funduszu Mieszkań dla Rozwoju. Tak naprawdę jesteśmy na początku procesu inwestycyjnego, szczególnie w przypadku tego drugiego funduszu. W przypadku mieszkań na wynajem już istnieje 2 tys. lokali, które znalazły najemców - i te mieszkania zaczynają nawet generować pewien zwrot z zainwestowanego kapitału. W tym drugim funduszu program budowy mieszkań powoli się rozpędza. Do końca 2019 r. powinny trwać prace przy budowie 100 tys. mieszkań.

Inne wyzwania na najbliższe lata?

Zajmujemy się konsolidacją finansów publicznych. Udało nam się ją przeprowadzić w sądach, teraz przy mierzymy się do uczelni wyższych. Rozwijamy również centra kompetencji w całym kraju, w każdym województwie jest Region BGK. Ich zadaniem jest współpraca w regionie z innymi bankami, lokalnymi i regionalnymi agencjami rozwoju, strefami ekonomicznymi. Razem chcemy szukać rozwiązań dla przedsiębiorców. Jako bank rozwoju chcemy tworzyć wartość dodaną do już istniejących na rynku produktów. Przykładem wartości dodanej są gwarancje de minimis, które działają już pięć lat. Nasze gwarancje zabezpieczają spłaty kredytów, które można uzyskać w prawie 20 bankach w całym kraju. Dzięki gwarancjom de minimis udało się uruchomić 95 mld zł kredytów dla 140 tysięcy firm. To

niesamowity wehikuł, dzięki któremu z jednego złotego jesteśmy w stanie wygenerować nawet 40 zł kredytu.

Przygotowujecie jakieś produkty z myślą o Polsce regionalnej?

Przed wszystkim staraliśmy się w BGK pamiętać, że Polska to nie tylko Warszawa. Ze swojego gabinetu przy al. Jerozolimskich widzę stary napis „Cały naród buduje swoją stolicę”. Czas na ruch w drugą stronę, na to, żeby to stolica zaczęła pracować nad budową czy rozwojem całego państwa. Pewne kwestie z perspektywy Warszawy wydają się oczywiste, ale w Polsce lokalnej już nie są. Żeby całemu państwu zapewnić zrównoważony rozwój, musimy być obecni nie tylko w stolicy, ale w każdym województwie. Stąd rozwijanie naszych centrów kompetencji w poszczególnych regionach.

BGK zamierza też wspierać polską branżę artystyczną produktem Kreatywna Europa. Na czym on będzie polegać?

Kultura, sztuka - to dziedziny, które zawsze decydują o tym, które społeczeństwa, narody wyróżniają się na świecie. To są prawdziwe skarbnice narodowe. Jednocześnie finansowanie tego sektora to bardzo trudny temat dla bankowców. Podejrzewam zresztą, że podobnie jest w drugą stronę. Trudno mi sobie wyobrazić artystów przedzierających się przez meandry świata finansów. Cała Europa ma problem z finansowaniem sektora kultury. My właśnie podpisaliśmy umowę z Europejskim Funduszem Inwestycyjnym w sprawie programu gwarancji kredytowych „Kreatywna Europa”. Wstępnie porozumieliliśmy się z pięcioma bankami, które zajęłyby się obsługą tego produktu. Chcemy, żeby ten nasz nowy produkt pełnił tę samą rolę w świecie kreatywnym, co de minimis pełni w świecie przedsiębiorców. Wspólnie z innymi bankami, poprzez warsztaty dla bankowców, będziemy przygotowywać się do tego, aby ten program stanowił realne wsparcie dla świata kultury i kreatywnego.

Rewolucja 4.0 właśnie trwa

Maciej Badowski
twitter:@BadowskiMaciej



Technologia

Czwarta rewolucja dzieje się właśnie teraz, na naszych oczach. Polska zdobywa przewagę dzięki wysokiej jakości usługom informatycznym i wybitnym informatykom - mówiła Jadwiga Emilewicz podczas konferencji „Przedsiębiorczość, technologie, rozwój: Polska, 100 lat!”. Jednocześnie eksperci zaznaczyli, że rozwój technologiczny jest znacznie szybszy niż rozwój społeczny.

- Jeśli myślimy dzisiaj co jest polską marką, to z całą pewnością jest to jakość polskiego informatyka i jakość polskiego inżyniera. To dzisiaj stanowi o naszej konkurencyjnej przewadze. Paliwo, które paliliśmy przez pierwsze lata transformacji, mam tutaj na myśli tanią siłę roboczą, możemy spokojnie powiedzieć, że odeszło do hi-

storii. Przed nami wielkie wyzwania. Rewolucja 4.0 właśnie się dzieje i ona nastanie - mówiła podczas konferencji Jadwiga Emilewicz, minister przedsiębiorczości i technologii.

Jak tłumaczyła, Polska posiada najlepszych informatyków i najlepszych inżynierów. Jednocześnie podkreśliła, że to stwierdzenie w żadnym stopniu nie jest przesadą. - Tak oceniają się i tak oceniają naszych inżynierów informatyków z całego świata. Polska już od kilku lat jest w prestiżowym rankingu HackerRank. Polscy informatycy zajmują pierwsze miejsce w Europie i trzecie na świecie po Chinach i Rosji - mówiła.

Szefowa resortu zaznaczyła, że posiadamy gospodarkę opartą na małych i średnich firmach, które z jednej strony są najbardziej elastyczne i w sytuacjach kryzysu, zmiany koniunktury gospodarczej najłatwiej się dostosowują do zmiany, ale z drugiej strony, aby inwestować w nowe technologie, mają stosunkowo najmniejsze moce do tego.



FOT. MAREK SZAWDYN

- Dzisiaj polską marką jest jakość polskiego informatyka i jakość polskiego inżyniera - mówiła Jadwiga Emilewicz

- Dzisiaj naszym wyzwaniem jest stworzenie dobrego mostu pomiędzy doskonałymi informatykami, którzy rozumieją tę zmianę i którzy ją projektują dzisiaj dla całego świata, a małymi i średnimi przedsiębiorcami - dodała.

Jej zdaniem ogromnym wyzwaniem jest pozyskanie i wyszkolenie kolejnych ekspertów. - Biorąc pod uwagę dane firm, z których wynika, że około 400 tys. informatyków

będzie rekrutowanych w przyszłym roku w Polsce, a wiemy, ilu jest studentów na kierunkach informatycznych i wiemy, jak duże są niedobory, to jest nasze największe wyzwanie - dodała. Jak ministerstwo chce rozwiązać ten problem? Poprzez promocję kierunków informatycznych wśród licealistów oraz poprzez świadomą, suwerenną, odpowiedzialną politykę imigracyjną.

- Cyfryzacja i wprowadzanie nowych technologii do biznesu to klucz do zbudowania efektywnej Gospodarki 4.0. Inteligentny rozwój potrzebuje dobrego zaplecza, czyli nowoczesnej infrastruktury - tłumaczył Jean-François Fallacher, prezes Orange Polska. - Eksperci szacują, że uruchomienie i skuteczne wykorzystywanie sieci 5G może znacząco podnieść polskie PKB. Cieszę się, że Orange Polska rozbudowując sieć światłowodową oraz testując w swojej sieci mobilnej możliwości 5G, poprzez inwestycje przyczynia się do tworzenia nowoczesnej polskiej gospodarki - podsumował.

- Przez te 100 lat postęp technologiczny był bardzo szybki. Elektryfikacja, początek rewolucji informacyjnej. Można powiedzieć, że coraz szybciej powstają nowe technologie i ten postęp technologiczny wydaje się coraz szybszy. Dlatego należy się spodziewać, że zmiany w kolejnych 100 latach będą znacznie większe, niż to, co przez ostatnie 100 lat obserwowaliśmy - tłumaczył w rozmowie z AIP dr Do-

minik Batorski, badacz zmian społecznych i gospodarczych związanych z upowszechnieniem nowych technologii z Uniwersytetu Warszawskiego, jeden z prelegentów.

- Niestety rozwój technologiczny jest znacznie szybszy niż rozwój społeczny, rozwój norm, rozwój zmian prawa, zmian organizacji i instytucji, w których funkcjonujemy. Będzie pojawiał się szereg wyzwań, wyzwań związanych z przemianami na rynku pracy. Coraz więcej zawodów będzie zastępowanych przez pracę maszyn i oprogramowania. Będzie to rodziło szereg problemów, konieczność dostosowania zmiany kompetencji i zmiany wykonywanych zawodów, niewątpliwie będzie to czas wielkich wyzwań - dodał.

Zapytany o to, czego powinniśmy się spodziewać w najbliższej przyszłości, odpowiada, że jest to sztuczna inteligencja. - Nie czy, tylko kiedy sztuczna inteligencja osiągnie poziom rozumowania wyższy lub przewyższający możliwości ludzkości, jako gatunku - podsumował. ©©

REKLAMA

Pierwsza w Polsce inauguracja sezonu narciarskiego w Czarna Góra Resort!



Czarna Góra Resort jako pierwsza w Polsce otworzyła swój stok w nowym sezonie 2018/2019! Nowoczesny system naśnieżania oraz panujące na Czarnej Górze warunki pozwoliły na inaugurację sezonu już w listopadzie. Przez cały weekend do dyspozycji gości była oświetlona trasa „I” oraz karnet w specjalnej promocyjnej cenie.

Czarna Góra Resort wciąż prężnie się rozwija. Ten całoroczny ośrodek górski znajduje się w ma-

lowicznym masywie Śnieżnika, zaledwie 120 kilometrów od Wrocławia. Zachęca do zimowego wypoczynku doskonałą infrastrukturą narciarską i hotelową oraz widokami zapierającymi dech w piersiach. Czarna Góra Resort jest przez 365 dni strefą czystego powietrza, ponieważ w tym górskim otoczeniu średnie roczne zanieczyszczenie AQI wynosi poniżej 10 punktów na 100.

Największym atutem Czarna Góra Resort jest fantastyczna infrastruktura narciarska. Do dyspozycji gości jest aż 14 tras, w tym 1 dojazdowa i 5 polan narciarskich o łącznej długości 14 kilometrów. Cztery stoki o długości powyżej 1000 metrów, a najdłuższy z nich ciągnie się przez niemal 1700 metrów. W Czarna Góra Resort znakomicie odnajdą się narciarze i snowboardziści o różnym

stopniu zaawansowania, co wynika z przyjęcia kompleksowego procesu szkoleniowego. Łagodnie nachylone stoki to idealne miejsce dla początkujących, zaś czarna trasa A została zaprojektowana z myślą o najbardziej doświadczonych miłośnikach sportów zimowych. Warto wspomnieć, że ratrakowane dwa razy dziennie trasy narciarskie posiadają dziewięć homologacji FIS i są wyposażone w nowoczesny system naśnieżania. Szusowanie nie musi kończyć się wraz z zachodem słońca. Siedem tras oraz cztery polany szkoleniowe (wraz z najdłuższą 1680-metrową) posiadają własne oświetlenie, dlatego także po zmroku można cieszyć się jazdą na nartach.

Czarna Góra Resort oferuje jeden karnet dla wszystkich, co zdecydowanie ułatwia korzystanie z całego wachlarza atrakcji. Za komunikację na stoku odpowiada sześć wyciągów, trzy koleje linowe oraz cztery taśmy. Wyróżniającą się wśród nich jest sześcioposobowa, nowoczesna Luxtorpeda, która dociera na szczyt Czarnej Góry (1150 m n.p.m.). Nie ustępują jej dwie 4-osobowe koleje, w tym jedna prowadząca prosto na Żmijowiec (1100 m n.p.m.), a także cztery wyciągi typu BabyLift. Na najmłodszych i dorosłych czekają cztery wypożyczalnie sprzętu zimowego i szkoły narciarskie rekomendowane przez Czarna Góra Resort.

Jedną z największych atrakcji jest najdłuższy w Polsce dwuosobowy Alpine Coaster Czarna Żmija, czyli 33 wagoniki mknące 950-metrowym torem z prędkością 40 km/h. Emocjonująca trasa wiedzie przez trzy pętle oraz wiadukt nad potokiem. Jeśli taka szalona jazda to dla kogoś za mało, Czarna Góra Resort zaprasza do zimowego Fun Parku. Na spragnionych wrażeń gości czeka tam, między innymi: przeznaczony do jazdy na pontonach tor snowtubbingowy o długości 50 metrów, dla najmłodszych, oraz ślizgi i saneczki. Popularnością miłośników freestylu na desce cieszą się ogromne trampoliny akrobatyczne i bounce boardy - piankowe deski do zabawy i akrobatycznych ćwiczeń w powietrzu. Wokół Czarna Góra Resort przebiega aż 70 km tras biegowych w zachwycających sudeckich plenerach. Koronną trasą jest ta prowadząca na schronisko przy Śnieżniku.

Nie sposób nie wspomnieć także o zapleczu hotelowym i restauracyjnym Czarna Góra Resort. Po pełnym atrakcji dniu goście mogą wypocząć w jednym z czterech doskonałych obiektów: Apartamentach Czarna Góra, luksusowym Aparthotelu Czarna Góra, klimatycznej Villi Czarna Góra lub kameralnym Hotelu Morawa. W sumie Czarna Góra Resort oferuje 1700 miejsc noclegowych w nowoczesnych apartamentach

z łazienką, baseny, saunaria, strefy spa wellness oraz ekskluzywne Spa z Natury. Na gości czeka aż 1400 utwardzonych miejsc parkingowych. Tuż przed Świętami Bożego Narodzenia miejsce będzie miało także PRE-OPENING nowego Aparthotelu Czarna Perła, zlokalizowanego w samym sercu stoku, tuż przy kolei EFKA.

Na terenie Czarna Góra Resort znajduje się pięć rekomendowanych restauracji - każda w nieco innym klimacie i ze zróżnicowanym menu. Regionalna Karczma Czarna Góra szczyci się lokalnymi potrawami, zaś Rukola posiada Certyfikat Polskiego Stowarzyszenia Osób z Celiakią i na Diecie Bezglutenowej. Restauracja Zapieček słynie z kuchni włoskiej, natomiast La Sienna łączy rodzimą tradycję ze śródziemnomorską finezją. Podobnie jest w przypadku wykwintnej Restauracji

Panorama, która serwuje polskie dania w wyszukanej, nowoczesnej odsłonie.

Czarna Góra Resort to najlepsze stoki na Dolnym Śląsku, 55 ha atrakcji, komfortowe noclegi i pyszne jedzenie.

Wiecej informacji na stronie www.czarnagora.pl



REKLAMA008748182

BURMISTRZ MIASTA ŁĘBY

informuje o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Łebie:

- **wyказu numer 65/2018**, z dnia 21.11.2018 roku, w sprawie sprzedaży w drodze bezprzetargowej nieruchomości gruntowej, stanowiącej działkę nr 1004/2, o powierzchni 457 m², położonej w Łebie, obręb 1,

- **wyказu numer 66/2018**, z dnia 21.11.2018 roku, w sprawie sprzedaży w drodze przetargowej nieruchomości gruntowych – działki nr 935/9, o powierzchni 925 m² oraz działki nr 934/4, o powierzchni 63 m², położonych w Łebie, przy ul. Al. św. Mikołaja.

REKLAMA008744310



Teraz **ZABOROWSKIEJ**

WYBIERAM SŁUPSK!



Biznes

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA
Prezydent Miasta Słupska
ogłasza przetarg ustny nieograniczony
na sprzedaż nieruchomości stanowiącej
własność Miasta Słupska

Dobre Miejsce na Twój biznes!

Il przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej położonej w obrębie 10 miasta Słupska działka nr 956 o pow. 1,5253 ha przy ulicy Zaborowskiej. Dla przedmiotowej nieruchomości Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr SL1S/00034254/1.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 2.351.000,- zł,
wadium 236.000,- zł

Do wycycytowanej ceny za nabycie nieruchomości zostanie doliczony należny VAT.

Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego „Zaborowskiej I” działka nr 956 znajduje się na terenie o funkcji: tereny usług (05.16.U).

Przetarg odbędzie się w dniu 29.01.2019 r. o godz. 10⁰⁰ w sali nr 212 Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II p.).

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 24.01.2019 r. na konto: **Miasto Słupsk, mBank S.A. Nr 08 1140 1153 0000 2175 4200 1011**. Pełna treść ogłoszenia została wywieszona na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku obok pok. 215, opublikowana na stronie internetowej www.slupsk.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.um.slupsk.pl. Szczegółowe informacje dotyczące przetargu uzyskać można w Urzędzie Miejskim w Słupsku Plac Zwycięstwa 3, 76-200 Słupsk, Wydział Zarządzania Nieruchomościami i Biznesu pokój 215 pod nr tel.59 8488472.

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

REKLAMA008750380

OGŁOSZENIE O LICYTACJI LOKALU MIESZKALNEGO STANOWIĄCEGO ODRĘBNĄ NIERUCHOMOŚĆ

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Słupsku Błażej Wasilewski (tel. 59 842 62 28) ogłasza, że: **dnia 13.12.2018 r. o godz. 12:30** w budynku Sądu Rejonowego w Słupsku mającego siedzibę przy ul. Szarych Szeregów 13, odbędzie się **druga licytacja** lokalu mieszkalnego: **1 pokój z aneksem kuchennym, 1 łazienka, 1 przedpokój, 1 antresola o łącznej pow. użytkowej 90,23 m²**, położonego: **76-200 Słupsk, ul. Konarskiego 8a/33**, dla którego Sąd Rejonowy VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr **KW SL1S/00109003/4**. Suma oszacowania wynosi **230 808,00 zł**, zaś cena wywołania jest równa 2/3 sumy oszacowania i wynosi **153 872,00 zł**.

Licytant przystępujący do przetargu zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. **23 080,80 zł w gotówce, najpóźniej w dniu poprzedzającym przetarg**.

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

REKLAMA008748015

OGŁOSZENIE
Prezydenta Miasta Słupska
o wyłożeniu do publicznego wglądu
projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 9 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2017 r. poz. 1073, 1566), art. 39 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2017 r. poz. 1405, 1566, 1999, z 2018 r. poz. 810, 1089) oraz uchwały nr XXX/351/16 Rady Miejskiej w Słupsku z dnia 28 września 2016 roku, zawiadamia się o wyłożeniu do publicznego wglądu

projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Centrum - Południe D” wraz z prognozą wpływu ustaleń planu na środowisko przyrodnicze

w dniach od 3 grudnia 2018 r. do 4 stycznia 2019 r., w Wydziale Polityki Przestrzennej Urzędu Miejskiego w Słupsku, pl. Zwycięstwa 1, pok. 105, w godzinach: poniedziałek 7.30-16.30; wtorek-czwartek 7.30-15.30; piątek 7.30-14.30.

Dyskusja publiczna nad rozwiązaniami przyjętymi w projekcie planu miejscowego odbędzie się w siedzibie Wydziału Polityki Przestrzennej Urzędu Miejskiego w Słupsku, w dniu 3 stycznia 2019 r. o godzinie 12.30.

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego oraz w prognozie wpływu ustaleń planu na środowisko przyrodnicze może wnieść uwagi. Uwagi należy składać na piśmie, ustnie do protokołu w Wydziale Polityki Przestrzennej Urzędu Miejskiego w Słupsku, siedziba ul. Plac Zwycięstwa 1, 76-200 Słupsk, lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres: wpp@um.slupsk.pl; z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej, adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia 18 stycznia 2019 r.

REKLAMA008741103

OGŁOSZENIE O LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI UŁAMKOWEJ

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Słupsku Katarzyna Skoczeń (tel. (59) 841 35 39) ogłasza, że dnia

18 grudnia 2018 r. o godz. 13.00

w budynku Sądu Rejonowego w Słupsku mającego siedzibę przy ul. Szarych Szeregów 13 w sali nr 101 odbędzie się

DRUGA LICYTACJA

udziału wynoszącego 1/2 we własności lokalu mieszkalnego stanowiącego odrębną nieruchomość o powierzchni 49,9 m², położonego: **76-231 Damnica, Damno 44/2**, dla którego Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr **KW SL1S/00056101/4**, wraz z prawem własności do udziału w wysokości 84/1000 części gruntu oraz udziału w wysokości 84/1000 częściach wspólnych budynku – nieruchomości opisanej w KW numer 40113 stanowiącego własność dłużnika Kamila Setnego.

Suma oszacowania wynosi **45 028,50 zł**, zaś cena wywołania jest równa 2/3 sumy oszacowania i wynosi **30 019,00 zł**. Licytant przystępujący do przetargu zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. **4 502,85 zł**, najpóźniej w dniu poprzedzającym przetarg. Rękojmię można uiścić w Kancelarii, a także na konto komornika w banku:

Powszechna Kasa Oszczędności Bank Polski SA Oddział 1 w Słupsku
61 1020 4649 0000 7502 0008 6108

rękojmia może być również złożona w księżeczce oszczędnościowej zaopatrzonej w upoważnienie właściciela księżeczki do wypłaty całego wkładu stosownie do prawomocnego postanowienia sądu o utracie rękojmi albo w inny wskazany przez komornika sposób.

Zgodnie z art. 976 § 1 kpc w przetargu nie mogą uczestniczyć: dłużnik, komornik, ich małżonkowie, dzieci, rodzice i rodzeństwo oraz osoby obecne na licytacji w charakterze urzędowym, licytant, który nie wykonał warunków poprzedniej licytacji, osoby, które mogą nabyć nieruchomość tylko za zezwoleniem organu państwowego, a zezwolenia tego nie przedstawiły.

REKLAMA008741077

OGŁOSZENIE O LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI UŁAMKOWEJ

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Słupsku Katarzyna Skoczeń (tel. (59) 841 35 39) ogłasza, że dnia

18 grudnia 2018 o godz. 13:10

w budynku Sądu Rejonowego w Słupsku, mającego siedzibę przy ul. Szarych Szeregów 13 w sali nr 101, odbędzie się

DRUGA LICYTACJA

udziału wynoszącego 1/2 we własności lokalu mieszkalnego stanowiącego odrębną nieruchomość, o powierzchni 49,9 m², położonego: **76-231 Damnica, Damno 44/2**, dla którego Sąd Rejonowy w Słupsku VII Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr **KW SL1S/00056101/4**, wraz z prawem własności do udziału w wysokości 84/1000 części gruntu oraz udziału w wysokości 84/1000 częściach wspólnych budynku - nieruchomości opisanej w KW numer 40113 stanowiącego własność dłużniczki Patrycji Setnej.

Suma oszacowania wynosi **45 028,50 zł**, zaś cena wywołania jest równa 2/3 sumy oszacowania i wynosi **30 019,00 zł**.

Licytant przystępujący do przetargu zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. **4 502,85 zł, najpóźniej w dniu poprzedzającym przetarg**. Rękojmię można uiścić w Kancelarii, a także na konto komornika w banku:

Powszechna Kasa Oszczędności Bank Polski SA Oddział 1 w Słupsku
61 10204649 0000 7502 0008 6108,

rękojmia może być również złożona w księżeczce oszczędnościowej zaopatrzonej w upoważnienie właściciela księżeczki do wypłaty całego wkładu stosownie do prawomocnego postanowienia sądu o utracie rękojmi albo w inny wskazany przez komornika sposób.

Zgodnie z art. 976 § 1 kpc w przetargu nie mogą uczestniczyć: dłużnik, komornik, ich małżonkowie, dzieci, rodzice i rodzeństwo oraz osoby obecne na licytacji w charakterze urzędowym, licytant, który nie wykonał warunków poprzedniej licytacji, osoby, które mogą nabyć nieruchomość tylko za zezwoleniem organu państwowego, a zezwolenia tego nie przedstawiły.

REKLAMA008749782



Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego w Szczecinie
ul. Mazowiecka 14, 70-526 Szczecin
tel. 91 43 33 801, fax 91 43 35 754
NIP: 852-21-84-546, REGON: 811640482

www.999.szczecin.pl
sekretariat@999.szczecin.p

WOJEWÓDZKA STACJA POGOTOWIA RATUNKOWEGO
Ul. Mazowiecka 14, 70-526 Szczecin
Ogłasza przetarg w formie ofert pisemnych
na sprzedaż nw. środków trwałych:
Termin składania ofert do dnia 6.12.2018
w sekretariacie do godziny 8:50.

Przetarg odbędzie się w dniu 6.12.2018 r. o godzinie 9:00 w budynku administracyjnym (sala konferencyjna) Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Szczecinie, ul. Mazowiecka 14. Nw. samochody można obejrzeć w dniach 4.12.2018 r. na miejscu postoju podanym w tabeli w godzinach od 8:00 do 11:00.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie 10% wadium przelewem na konto WSPR numer konta **38 1240 3813 1111 0010 2474 8802** do dnia 5.12.2018 r. do godz. 12:00 lub gotówką w dniu przetargu do godz. 8:30. Szczegółowych informacji można uzyskać pod numerem telefonu **91 888 42 41**, regulamin przetargu na stronie internetowej www.999szczecin.pl w zakładce BIP.

Lp.	Marka/Typ/Rodzaj pojazdu	Nr rej.	Rok prod.	Cena wywoławcza brutto (zł)	Miejsce postoju
1	Mercedes Sprinter 318, sanitarny	ZS 3146X	2009	10.800	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin
2	Mercedes Sprinter 313, sanitarny	ZS 8378E	2005	6.500	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin
3	Mercedes Sprinter 313, sanitarny	ZS 8239E	2005	6.000	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin
4	Mercedes Sprinter 313, sanitarny	ZS 8240E	2005	7.600	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin
5	Mercedes Sprinter 313, sanitarny	ZS 0423M	2004	7.050	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin
6	Mercedes Sprinter 313, sanitarny	ZS 8376E	2005	7.450	WSPR, ul. Al. Wojska Polskiego 92 Szczecin

PROMOCJA007430211

Szukasz pracy?
WEJDŹ NA GRATKA.PL

gratka Największy portal ogłoszeń naprawdę ważnych

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY KOŁOBRZEG
o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j.: Dz.U. z 2018 r. poz. 1945) oraz art. 39, art. 40, w związku z art. 46 pkt 1, art. 50, art. 51 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (t.j.: Dz.U. 2018 poz. 2081), **zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Kołobrzeg Uchwały nr XXXVII/350/2018 z dnia 29 czerwca 2018 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Kołobrzeg w części obrębu Korzystno wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w strategicznej ocenie oddziaływania na środowisko**. Przedmiotem planu jest zmiana zasad kształtowania zabudowy i zagospodarowania działki nr **182/14** w stosunku do obowiązującego planu miejscowego przyjętego Uchwałą nr VII/36/11 Rady Gminy Kołobrzeg z dnia 31 maja 2011 r.

Z niezbędną dokumentacją, w związku z przystąpieniem do sporządzania projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w zakresie, o którym mowa powyżej i przeprowadzaną strategiczną oceną oddziaływania na środowisko, można zapoznać się w siedzibie Urzędu Gminy w Kołobrzegu, w pokoju nr 27 w godzinach od 8.00 do 15.00.

Wnioski do ww. projektu oraz przeprowadzanej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko można wносить w formie pisemnej w terminie 21 dni od daty ukazania się niniejszego ogłoszenia, na adres: Urząd Gminy Kołobrzeg, ul. Trzebiatowska 48a, 78-100 Kołobrzeg, e-mail: sekretariat@gmina.kolobrzeg.pl

REKLAMA008752473

NADLEŚNICTWO ŁUPAWA
ogłasza przetarg na
SPRZEDAŻ CHOINEK ŚWIERKOWYCH
z plantacji w ilości 500 szt., min. wielkość zakupu 100 szt.
Szczegółowe informacje
pod nr. tel.:(59) 846 35 46



eprasa.pl 1d307f2a9d

