



Dziś Strony Zdrowia: Mleko krowie – pić czy nie pić?

Zawiera ono wiele cennych składników, ale... STRONY 14-18

3,10
ZŁ
W TYM
8% VAT

Nr ISSN 0137-9518

Nr indeksu 350-222



Szukasz fachowca? Zajrzyj do naszego dodatku...

GAZETA LUBUSKA

rok założenia 1952

Środa 22 maja 2019

Nela, Kaja, Zosia, Malwina, Tymon i Filip, czyli nasze sześcioraczki

STRONA 13



FOT. ANDRZEJ BANAS



FOT. ARCHIWUM ASW KNOCKOUT

Nasi wojownicy wygrali zawody Pucharu Świata w Budapeszcie

STRONA 23

Gorzów Wlkp.

Mateusz K. przyznał się do winy



FOT. LUBUSKA POLICJA

Zdesperowani ludzie zablokowali drogę krajową Dobrze nam się tu żyje. Biogazownia nas przecież zabije!

Tomasz Rusek
957225772
trusek@gazetalubuska.pl



Gorzów Wlkp.

Smród, szczury, owady, ciężarówka z obornikiem kursujące pomiędzy domami - tego boją się mieszkańcy podgorzowskiej gminy Kłodawa. Wczoraj zablokowali rondo w Różankach, czyli drogę krajową nr 22.

Około 16.00 pikietujący z transparentami w dłoniach i gwizdkami w ustach zaczęli spacerować po pasach dookoła ronda. Momentalnie zablokowali ruch. Pan Zdzisław w granatowym oplu utknął dokładnie pośrodku ronda. - Czy jestem zły? Ani trochę. Popieram ich. Niech walczą o swoje! Też bym nie



FOT. TOMASZ RUSEK

Mateusz na pikietę przyszedł z rodzicami (z lewej jego mama Karolina). Rodzina - według planów - ma mieszkać kilkaset metrów od biogazowni

chciał biogazowni przy domu - stwierdził. Na protest przyszła m.in. pani Karolina z mężem i synem Mateuszem.

- Musimy zatrzymać tę inwestycję - mówili zgodnie reporterowi GL.
STRONA 9

24-latek, sprawca gwałtu na dziewięciolatce wcześniej miał już stawiany zarzut pedofilii STRONA 3

Międzyrzeczanie między stolicami

STRONA 10

Teatr w Gorzowie zaprasza na bajkę. W Sulęcinie będzie kino, w Słubicach popisy taneczne

STRONA 8

W Witnicy powstał szkolny gabinet stomatologiczny. Sam fotel kosztował aż 80 tysięcy złotych

STRONA 9

Do szkół ponadpodstawowych zbliża się „podwójny rocznik” uczniów. By ich wszystkich pomieścić, szkoły w Gorzowie czekają przetasowania

STRONA 8

Zobacz zdjęcia maluszków, które przyszedł na świat w Gorzowie Wlkp. i Drezdenku

STRONA 10

Pogoda w regionie

Dzisiaj

15°C
14°CBarometr
740 mm Hg
Wiatr
zach. 5 m/s
Uwaga
chłodno

Czwartek

17°C 11°C



Piątek

19°C 8°C



Sobota

15°C 11°C



Uwaga: biomet niekorzystny

Chajewski Dariusz
68 324 88 79
dchajewski@gazetalubuska.plTRZEBA POMYŚLEĆ
TRZY RAZY, ABY
NIE STRACIĆ

Do dechy

Na fali doniesień o kresie procesu w aferze Amber Gold zatelefono-
nował do mnie Czytel-
nik. Nie, nie chodziło
mu o decyzję, ale o wypowiedzi
dotyczące odszkodowań

skarbu państwa dla poszkodowa-
nych. Czytelnik nie rozumie
dlaczego ma płacić komuś, kto
- cytując - kierując się pazerno-
ścią, stracił poczucie rzeczywi-
stości. Czytelnik zresztą podob-
nie mówił o frankowiczach,
utrzymując, że ci podjęli grę
trochę spekulacyjną. „Czy
gdyby ich manewr przyniósł im
fortunę, podzieliliby się
z nami?”. Później było jeszcze
o tym, że nie domaga się od-
szkodowania za pieniądze,
które wydał na lotka i nie wie-
rzy internetowym oszustom
zapewniającym o wygranej lub
spadku. „Polak mądry po szko-
dzie? Ale dlaczego moim kosz-
tem?” - kończy Czytelnik.

Tomasz Rusek
95 722 57 72
trusek@gazetalubuska.plTO NIE JEST
PROTEST W STYLU
„NIE, BO NIE”

Komentarz

Setka ludzi zablokowała
wczoraj w podgorzows-
kich Różankach drogę
krajową nr 22. Tak ludzie
protestują przeciwko bu-
dowie we wsi biogazowni,
która m.in. ma przerabiać 10

tys. ton obornika rocznie.
Mieszkańcy boją się smrodu,
owadów, gryzoni i ciężarówek
wyładowanych obornikiem,
które będą im śmigać między
domami. Co ciekawe, nie jest to
jednak protest w stylu „nie, bo
nie”. - Popieram odnawialne
źródła energii. Biogazownie są
ciekawym rozwiązaniem.
Warto je budować, ale nie
przy domach i blokach. I tylko
o to chodzi w tym proteście -
mówiła mi pani Karolina. Ona
i jej rodzina miałaby biogazow-
nię kilkaset metrów od okien...
Też bym nie chciał tak żyć.
A wy? Na gazetalubuska.pl
znajdziecie zdjęcia z wczoraj-
szej pikietki. ©©

Lucyna Makowska
697 770 399
lmakowska@gazetalubuska.plBEZPAŃSKIE PSY
A DURNOWATE
PRAWO

Komentarz

Wtym pojedynku
czworonogi zawsze
stoją na przegranej
pozycji. Bezdomne
zwierzęta to
odwieczny problem gmin,
które próbują wyłuskać pieni-
dze na ich wyłapywanie, utrzy-

manie. Czasem, tak jak Żagań,
muszą też zmierzyć się z ni-
komu niesłużącymi, durnowa-
tymi przepisami. W Żaganiu
od pięciu lat działa punkt zwy-
czajowo zwany przytuliskiem.
Miasto dawało na nie pienią-
dze, nie brakowało też odda-
nych wolontariuszy, którzy po-
święcili swój czas, a nierzadko
i pieniądze, by choć na chwilę
zmienić pokaleczony świat
zwierzaków na lepszy. Komuś
to się nie spodobało, po kontroli
okazało się, że nie może tak da-
lej funkcjonować, bo w ustawie
nie ma określenia „przytuli-
sko”. Teraz punkt trzeba zam-
knąć, psy przekazać do schroni-
ska. Tylko komu służyło?
Bo zwierzątkom na pewno nie.

Możemy mieć wkrótce
problem z demokracją

Rozmowa

**O starcie w niedzielnych
wyborach do Parlamentu
Europejskiego rozmawiamy
z Anitą Kucharską-Dziedzic.
Radna Zielonej Góry jest
„jedynką” na liście Wiosny
w naszym w Lubuskiem.**

**Dlaczego zdecydowała się
pani wziąć udział
w eurowyborach?**

Musimy sobie uświadomić
jedną ważną rzecz. Jesteśmy
w Unii Europejskiej nie tylko
po to, aby dostawać z niej pie-
niądze, korzystać z funduszu
spójności. Jesteśmy w UE rów-
nież w wielkiej rodzinie praw-
nej. 70 proc. prawa stanowio-
nego w Polsce przychodzi
do nas ze wspólnoty. Unijne
przepisy muszą być wypełnia-
ne w Polsce. Jeżeli chcemy
mieć wpływ na to, jakie przepi-
sy do Polski przychodzą, to
musimy być obecni w Parla-
mencie Europejskim. Tymcza-
sem europarlament już zaczął
podejmować pewne działania
wobec takich krajów, jak Pol-
ska czy Węgry, gdzie organiza-



FOT. JACEK KATARZYŃSKI

**Anita Kucharska-Dziedzic, nr 1
na liście Wiosny w wyborach
do Parlamentu Europejskiego**

cje pozarządowe, np. BABA,
mają pod górkę z rządzącymi.
Wsparcie tych organizacji z po-
minięciem rządu zacznie się
tak naprawdę w 2021 roku,
w nowej perspektywie finan-
sowej. Być może wiele z tych
organizacji nie przetrwa do te-
go czasu. Będziemy mieli po-
ważny problem z demokracją.

**Czy naprawdę pani uważa,
że demokracja w Polsce jest
zagrożona z tego powodu?**

Oczywiście! My tak na-
prawdę nie mamy w tej chwili
niezależnej władzy sądowni-
czej. Jeżeli mamy ministra

sprawiedliwości, któremu
podlega zarówno prokuratura,
jak i sąd, to nie mamy pełni
praw jako obywatele. Obecnie
państwo chce położyć łapę
na wszystkich niezależnych
elementach, m.in. na mediach
czy właśnie sądach.

**Jakimi inni ważnymi kwe-
stiami chciałaby się pani
zająć, jeśli zdobędzie man-
dat?**

Bardzo ważna będzie dla
mnie także edukacja, abyśmy
wprowadzili takie same stan-
dardy edukacyjne w całej Eu-
ropie. Dzięki temu zyskamy
nowe narzędzia w oświacie.
Będziemy mogli dopilnować,
aby każdą reformę w systemie
edukacji wprowadzać w pew-
nym przedziale czasowym.
W Polsce wprowadzanie gim-
nazjów trwało kilka lat, potem
zlikwidowano je w ciągu roku.
Teraz mamy dramat liceali-
stów z Zielonej Góry i okolic.
Takie dramaty są w całym kra-
ju. W naszej oświacie nie było
dekady spokoju!

Maciej Dobrowolski

Żebyśmy pamiętali
o tragedii polskich Kresów

Zielona Góra

Dariusz Chajewski
dchajewski@gazetalubuska.pl

**Czytelnikom „Gazety
Lubuskiej” Małgorzata
Gośniowska-Kola kojarzy się
przede wszystkim z lubuskim
sejmikiem i z tragedią w Hucie
Pieniackiej. Teraz pani Małgo-
rzata jest siłą napędową inicja-
tywy budowy w Zielonej Gó-
rze pomnika upamiętniające-
go ofiary ludobójstwa na Kre-
sach w latach 1939-1947.**

Kawał życia M. Gośniowska-
Kola poświęciła walce o pamięć.
Jej mama była jedną z nielicz-
nych mieszkanek wołyńskiej
Huty Pieniackiej, której udało
się uniknąć śmierci z rąk ukra-
ińskich nacjonalistów. Stąd lide-
ruje stowarzyszeniu Huta Pie-
niacka. To dzięki niej pamięć
o krwawych wydarzeniach
na Wołyniu jest wciąż żywa, co
roku organizuje rocznicowe wy-
jazdy na Ukrainę. W 2018 uho-
norowana została medalem Pro
Patria. W tym samym roku ode-



FOT. MARIUSZ KAPALA

**Pani Małgorzata od 2015 jest
radną lubuskiego sejmiku**

brała nagrodę Kustosza Pamięci
Narodowej przyznawaną przez
Instytut Pamięci Narodowej.
I jest szefową społecznego ko-
mitetu budowy zielonogór-
skiego pomnika. ©©

Czytaj też na str. 3

W czwartek

Jesteśmy w Unii
piętnaście lat

Jakie korzyści odniosła Polska dzięki
przystąpieniu do Unii. A także m.in.:
zarobki europosłów i co powinniśmy
wiedzieć o Parlamencie Europejskim.



FOT. DZIRF

W sobotę

Podwójny agent
spod Zbąszynka

Jego historia to gotowy scenariusz filmowy.
Skończył na gilotynie tylko dlatego, że
szefowie naszego wywiadu zapomnieli
w 1939 roku zniszczyć teczkę agentów.

FORUM CZYTELNIKÓW

Gorzów, 95 722 57 72
Zielona Góra, 68 324 88 18

Gorzowianka: Byłam w po-
niedziałek w auli gorzowskiej
biblioteki na spotkaniu
z premierem Morawieckim.
Zastanawia mnie, dlaczego
było tak niewiele ludzi? To
znaczy był komplet, wszystkie
miejsca siedzące zostały zajęte,
ale przecież było tyle dookoła
wolnych miejsc stojących!

Czemu ich nie zapewniono?
Od redakcji: Ustaliliśmy, że
organizatorzy spotkania z pre-
mierem spokojnie daliby radę
zapewnić salę aż „po korek”, ale
administrator sali postawił wa-
runek, że można wpuścić tylko
tyle osób, ile jest miejsc siedzą-
cych.

Agata z Zielonej Góry:

Uważam, że prawdę napisała red.
Eliza Gniewek-Juszczak w kome-
ntarzu „Będzie cena spodni
za jedną nogawkę?” w GL z 21 bm.
Takie „oszukiwanie” naszego
mózgu i wzroku trwa od nie-
dawna, ale się rozprzestrzenia. Ja
sama wiele razy dałam się nabrać
na promocyjną cenę 2,50 przy ja-
kimś produkcie, gdzie małym dru-
kiem było napisane: za 100 gra-
mów. To jest celowe i dobrze
wiemy, po co to jest robione, żeby
przyciągnąć klienta. Zgadzam się,
że to, co kupujemy w kilogra-
mach, powinno mieć cenę poda-
waną za kilogram.

Zielonogórzanin,
kierowca:

Przeczytałem tytuł artykułu „Pre-
mier: ważne są też drogi w ma-
łych wsiach” w GL z 21 bm. i już się
zdeenerwowałem. Jak tak, to za-
praszam premiera do Kisielina
albo Nietkowa!

Wojciech
z Zielonej Góry:

Dla kogo jest prawo w tym kraju,
ja się pytam? Jako obywatel chcę
być chroniony przez organy wła-
dzy i mieć poczucie, że w razie
problemów mi pomogą. A tu się
okazuje, że prawo wcale nie stoi
po mojej stronie! („Nowe przepisy
jeszcze bardziej chronią lokato-
rów przed eksmisją”, GL z 21 bm.)
To jest kpina, żeby człowiek, co
wynajmuje mieszkanie, nie miał
do niego praw, bo ma nieuczci-
wego lokatora. A na to teraz wy-
chodzi.

Władysław
z Zielonej Góry:

Mam sporo uwag do kultury
jazdy naszych kierowców. Niby
sporo zdziwimy po Europie Za-
chodniej, ale nie potrafimy prze-
jąć tamtejszych nawyków. Ostat-
nio byłem w Norwegii i tam kie-
rowca, gdy widzi pieszego zbli-
żającego się dopiero do prze-
ścia, już zwalnia i zatrzymuje się.
Tymczasem u nas piesi mogą so-
bie stać, a i tak nikt nie zwróci
na nich uwagi. I zniecierpliwieni
wchodzą na pasy... Wówczas
nieszczęście gotowe.

(TR, IKA)

Gorzów Wlkp.**Były minister chce dbać o zdrowie w Brukseli**

- Chciałbym stać się ambasadorem przedsiębiorców województwa lubuskiego i zachodniopomorskiego. Deklaruję, że będę dla nich dyspozycyjny w ramach codwumiesięcznych spotkań - mówił wczoraj na bulwarze nadwarciańskim Bartosz Arłukowicz, jeden z kandydatów Koalicji Europejskiej w niedzielnych wyborach do Parlamentu Europejskiego. Były minister zdrowia przedstawiał swój program, który nazwał „Planem Arłukowicza” - Chciałbym, aby w Europie wprowadzono przepisy, które zagwarantują wszystkim obywatelom dostęp do wszystkich zatwierdzonych przez Światową Organizację Zdrowia procedur medycznych. Chcę też wprowadzenia europejskiego programu onkologicznego. Będziemy chcieli też z innymi krajami zbudować wspólną platformę negocjowania cen leków z koncernami farmaceutycznymi - mówił Arłukowicz. Wybory do europarlamentu odbędą się w niedzielę.

(JM)

Zielona Góra**Wielkie święto studentów w pełni**

Przez ten tydzień klucze do bram miasta są w rękach studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego. To znak, że w Zielonej Górze ruszyło wielkie święto młodych, czyli Bachanalia. Zacy obiecali, że mimo świętowania, zostawią miasto... w nienaruszonym stanie. A każdego dnia na świętujących czeka sporo atrakcji. Dzisiaj zaplanowano m.in. drużynowe zawody pływakie, piątą już Galę Lauru Naukowca, wernisaże, mistrzostwa i imprezy w klubie. A w czwartek odbędzie się plebiscyt na najpopularniejszego sportowca UZ, turnieje sportowe i koncerty. Wystąpią: Taxita, DJ Soina, Quebonafide, Orgonek! Studenckie święto zakończy się w tym roku w sobotę, wielkim biegiem „Pokonaj raka”, którego celem jest nie tylko popularyzowanie profilaktyki, ale i wspieranie lokalnej onkologii. Warto zmierzyć się w zawodach!

(ND)



Tak prezentuje się obecnie mural, który powstaje na ścianie parkingu zielonogórskiego Focus Mall

FOT. LIDIA WIERZBICKA/ZTF

Rok temu opuścił psychiatryk. Teraz zgwałcił małe dziecko

Sandra Soczewa
ssoczewa@gazetalubuska.pl**Gorzów Wlkp.**

24-letni Mateusz K. ma postawione dwa zarzuty. Grozi mu do 15 lat więzienia. Okazuje się, że na mężczyźnie już wcześniej ciążył zarzut pedofilii. Ale skazany nie został...

O makabrycznym zdarzeniu, do jakiego doszło w niedzielę w Gorzowie w jednym z mieszkań przy ulicy Małopolskiej, mówi cała Polska. To właśnie tam 24-letni Mateusz K. zgwałcił 9-latkę, a następnie związał ją, zakneblował i ukrył w wersalce. Pomoc dla dziewczynki nadeszła w ostatniej chwili.

Dziecko za zgodą matki spędzało u Mateusza K. weekend.

- W niedzielę mężczyzna skontaktował się z kobietą, informując, że podczas wspólnego spaceru dziewczynka oddaliła się i nie ma z nią kontaktu - informował nas rzecznik lubuskiej policji, nadkom. Marcin Małudy. Na szczęście 14-letni brat 9-latki nie dał wiary tej wersji i na własną rękę zaczął szukać siostry. Wraz z 17-letnim kolegą pukali do drzwi mieszkania przy ul. Małopolskiej. Usłyszeli niepokojące dźwięki i wezwali na miejsce policję. Mundurowi znaleźli dziecko skrupowane i zakneblowane w wersalce. Śledczy podkreślają, że gdyby

nie czujność brata pokrzywdzonej i jego działanie, mogło dojść do tragedii. Jak mówił nam nadkom. Małudy, dziecko w momencie uwolnienia miało bardzo płytki oddech. Tutaj każda godzina była na wagę złota.

Prokuratura stawia zarzuty

- W tej chwili (wtorek, godz. 15.00 - dop. red.) składamy wniosek do Sądu Rejonowego w Gorzowie Wielkopolskim o tymczasowe aresztowanie sprawcy tego czynu. Najprawdopodobniej posiedzenie odbędzie się jutro - poinformował dziennikarzy prokurator Mariusz Dąbkowski.

24-latek odpowie za zgwałcenie nieletniej oraz jej przetrzymywanie. Mężczyzna przyznał się do winy.

- Te czyny zostały popełnione i uważamy, że zostały popełnione w szczególnym okrucieństwie - podkreślał na konferencji prokurator Dąbkowski.

Za wykorzystanie małoletniej grozi kara od 5 do 15 lat więzienia. W świetle nowych faktów pojawia się jednak pytanie, czy mężczyzna zostanie skazany, czy też zostanie zastosowany wobec niego inny „środek zapobiegawczy”...

Odpowiadał już za pedofilię

Mateusz K., co potwierdza prokuratura, już wcześniej miał postawiony zarzut dopuszczenia się „przestępstwa przeciwko obyczajności seksualnej za czyny skierowane wobec nie-

letnich”, czyli mówiąc wprost: pedofilii. Ale skazany nie został.

- Postępowanie zostało prawomocnie umorzone przez Sąd Rejonowy w Gliwicach. Sprawcę uznano za nie poczytalnego. Internacja, osadzenie w szpitalu psychiatrycznym, była zastosowana jako środek zapobiegawczy - przekazał nam prokurator Mariusz Dąbkowski. Zarzut pedofilii pojawił się w czerwcu 2013 roku. 24-latek opuścił szpital psychiatryczny w czerwcu 2018 roku. Niespełna rok temu.

Na miejscu tragedii wciąż pracują śledczy. Będą sprawdzać, czy mężczyzna nie skrzywdził też innych dzieci.

Sąd bierze się za matkę

We wtorek rano ustaliliśmy, że rodzina znajdowała się pod opieką Gorzowskiego Centrum Pomocy Rodzinie. Z innego źródła wiemy, że w domu 9-latki nie działo się najlepiej.

- Widzimy zaniedbania w sferze rodzicielskiej i w tym aspekcie sąd również podjął określone decyzje. Dzieci, obydwój, będą wyjęte z władzy rodzicielskiej matki i umieszczone w innym miejscu - poinformował nas prokurator Dąbkowski. Dowiedzieliśmy się też, że już wcześniej takie postępowanie się toczyło.

Ludzie wciąż są w szoku

Nasi Czytelnicy, internauci, gorzowianie. Wszyscy. Wciąż zadają sobie pytanie, jak to jest możliwe, że kobieta zgodziła się, by jej córka spędzała noc u 24-

latka. Jak mogło dojść do tej tragedii?

- Jestem w szoku, że rozgrywał się taki dramat, a nikt niczego nie zauważył, nie usłyszał... Przecież to dziecko musiało cierpieć - mówiła nam wczoraj na gorzowskim Zawarcu łamiącym się głosem pani Małgorzata. I dodała: - Nie wiem, jak matka mogła do czegoś takiego dopuścić. Nawet jeśli dobrze się znali.

Z kolei mieszkanka ul. Śląskiej (jest w sąsiedztwie do Małopolskiej) podejrzewa, że być może brat dziewczynki wiedział, że 24-latek krzywdzi dziecko. - Może coś wiedział? Coś wiedział? Niemniej jednak należało się dla niego słowa uznania. Że zachował się mądrze i przytomnie. Że wiedział, co zrobić, jak postąpić, gdzie szukać siostry - komentowała na spacerze kobieta.

O dokładnych powiązaniach Mateusza K. z rodziną śledczy nie mówią. Wiemy, że był znajomym matki 9-latki. - Podobno, ale to podobno, było tak, że on miał szczury, które kiedyś należały do tej dziewczynki. Ona regularnie miała tu przychodzić i odwiedzać swoje zwierzątka... A tu taka tragedia! - powiedziała nam jedna z sąsiadek 24-latka.

Sąsiedzi Mateusza K. nie znali go za bardzo i nie potrafili nam zbyt wiele o nim powiedzieć. Wszyscy byli jednak zgodni co do tego, że zgwałcił 9-latkę piekło na ziemi. - Czy to dziecko kiedyś się z tego pozbyła? - pytają gorzowianie.

Pomnik ludobójstwa na Kresach powinien stanąć w centrum

Zielona GóraDariusz Chajewski
dchajewski@gazetalubuska.pl

W siedzibie „GL” po raz kolejny już zebrał się społeczny komitet budowy pomnika upamiętniającego ofiary mordów na Kresach w latach 1939-1947. W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele środowisk kresowych, a także dyrektor poznajskiego IPN Rafał Reczek.

Jak zgodni stwierdzili zebrani, w naszym regionie, którego największy procent mieszkańców przyznaje się do kresowych korzeni, nie ma takiego miejsca, gdzie spotkać mogłyby się kresowe środowiska, które oddawałoby ducha tragedii.

- Dla mnie najważniejsze jest, że wszyscy jesteśmy zgodni co do tego, że pomnik powinien być poświęcony ofiarom ludobójstwa na Kresach - mówiła szefowa komitetu Małgorzata Gośniowska-Kola. - Do rozstrzygnięcia jest jego lokalizacja.

Uczestnicy spotkania jednogłośnie uznali, że obelisk powinien stanąć w przestrzeni publicznej. Powód jest oczywisty. Pomnik ma być przecież nie tylko hołdem, symbolicznym grobem ofiar, ale również powinien spełniać rolę edukacyjną. Zarówno dla kolejnych pokoleń Polaków, ale i młodych Ukraińców, którzy tak licznie do nas przyjeżdżają. A to może zagwarantować tylko godne, eksponowane miejsce. ©©

Zginęli młodzi ludzie w wieku 18-19 lat

KoźuchówPiotr Jędzura, (EGJ)
pjedzura@gazetalubuska.pl

Do śmiertelnego wypadku doszło w poniedziałek wieczorem na trasie koło Koźuchowa. Nissan wypadł z drogi i uderzył w drzewo. Zginęły dwie młode osoby.

Z niewyjaśnionych jeszcze przyczyn nissan wypadł z drogi na trasie Miocin Dolny - Koźuchów. Auto dachowało i z dużą

siłą roztrzaskało się o drzewo. Strażacy musieli rozcinać karoserię auta, żeby dostać się do ofiar. Nowosolska policja informuje, że w wypadku zginęły dwie osoby - chłopak (19 lat) i dziewczyna (18 lat). Trwa wyjaśnianie przyczyn tragedii. Auto prowadził 19-latek.

„Łączę się w bólu z rodzinami uczestników tragedii. Apeluję do młodych ludzi - uważajcie na drodze!” - napisał na Facebooku burmistrz Paweł Jagasek. ©©

REDAKTORZY DYŻURNI

Szanowni Czytelnicy, macie jakiś problem do rozwiązania? Chcecie kogoś lub coś pochwalić, skrytykować? Dziennikarze „GL” czekają na Wasze zgłoszenia, uwagi. Dzwoncie, piszcie!

Natalia Dyjas68 324 88 44
ndyjas@gazetalubuska.pl**Eliza Gniewek-Juszczak**68 324 88 29
egniewek@gazetalubuska.pl**Łukasz Kolesnik**510 026 973
lkolesnik@gazetalubuska.pl**Lucyna Makowska**697 770 399
lmakowska@gazetalubuska.pl

Jadą do Mołdawii, by pomóc uczniom i promować nasz kraj

Leszek Kalinowski68 324 88 74
lkalinowski@gazetalubuska.pl

Zielona Góra

Młodzież z Zielonej Góry we wtorek wylatuje do Mołdawii, by tam organizować dzieciom zabawy, odnowić im plac zabaw i ogrodzenie, a także prezentować nasz region i kraj.

Zaczął się od żartu. Uczniowie klasy ósmej Chrześcijańskiej Szkoły Podstawowej Salomon w Zielonej Górze zastanawiali się, gdzie wybrać się na wycieczkę. Ktoś rzucił: - Najlepiej do Mołdawii. Najpierw wszyscy się uśmiechnęli. Ale zaraz potem przyszła refleksja: A dlaczego nie? Przecież szkoła od lat pomaga podstawówce i gimnazjum w Peneseszti, m.in. zielonogórcy uczniowie wysłali swym kolegom wyposażone piórnik. Poza tym Salomon ma dobry kontakt z Katarzyną i Wojciechem Borysami, którzy są założycielami Misji Przyjaciół Dzieci, a głównym kierunkiem ich działania jest Mołdawia.

- I tak z żartu narodził się projekt edukacyjno-wolontariacki pod nazwą „Moje działanie zostawia ślad, we mnie i w innych - Mołdawia 2019r” - mówi inicjator i koordynator projektu Łukasz Wojtacha. - Zaangażowali się w niego uczniowie ChSP Salomon, Zespołu Szkół Akademickich i Zespołu Szkół i Placówek Kształcenia Zawodowego.

Młodzież z zapałem przystąpiła do przygotowań, związanych w wyjazd. W swoich szkołach zorganizowała zbórkę pieniędzy, połączoną ze słodkim poczęstunkiem (tzw. słodkie poniedziałki).

- Piekliśmy ciasta - przyznają uczniowie. - Przygotowywali-



Uczestnicy projektu „Moje działanie zostawia ślad we mnie...” z inicjatorem Łukaszem Wojtachą

Nie możemy się już doczekać, kiedy dzieciom z Mołdawii sprawimy niespodziankę

Alina Sadowska, Zosia Wojtacha

śmy też gry i zabawy integracyjne, prezentacje o naszym kraju. Bo chcemy przekazać młodym Mołdavianom jak najciekawsze informacje o Polsce.

Trwa nauka tańców: poloneza, klapoka pod okiem pedagoga z Salomona Ewy Ruckiej.

- Lecimy do Mołdawii 28 maja, wracamy 4 czerwca. W tym czasie będziemy mieć wiele spotkań - mówi Iwo Suszczewicz z Salomona. Jego kolega Jakub Rybka dodaje, że na miejscu mają też w planach

odnowienie ogrodzenia i placu zabaw dla dzieci.

Zosia Wojtacha (ZSA) i Alina Sadowska (ZSiPKZ) opowiadają, jak udało się im pozyskać sponsorów, by kupić farby i sprzęt do malowania. Nie mogą się już doczekać, kiedy uczniom z Peneseszti sprawią niespodziankę. Szkoła jak i świetlice środowiskowe w Strzeni, Gszleuza, Recea dostaną też w prezencie sprzęt sportowy i pomoce edukacyjne. Uczniowie Salomona przygotowali też 500 zakładek do książek.

- Będziemy organizować gry i zabawy dla dzieci podczas różnych spotkań np. Festiwalu Młodzieży - podkreśla Ł. Wojtacha. - Ucieszyło nas zaproszenie lokalnego przedstawiciela administracji rządowej w Strzeni (odpowiednik naszego wojewody) do udziału w obchodach Dnia Dziecka. Dla Mołdavian to

ważne wydarzenie. Zorganizujemy tam polskie stoisko...

Opiekunem podczas wyjazdu będzie też nauczycielka z Salomona Magdalena Wojtacha. W projekcie zaangażowani są także uczniowie (Inez Nowak, Iga Janusiewicz, Grzegorz Brzozowski, Jan Mieszkieło), którzy nie lecą do Mołdawii. Bo zadań związanych z wyprawą jest wiele. Także po powrocie młodzieży z wyprawy.

Projekt realizuje: Chrześcijańskie Stowarzyszenie Edukacyjne, Chrześcijańska SP „Salomon”, Misja Przyjaciół Dzieci, Centrum Edukacji i Wspierania Rozwoju, a wspierają: Lubuski Urząd Marszałkowski, ZSA „Lotnik”, ZSiPKZ, Tuban - Świat Baniek Mydlnych, R&D Tech Sp. z o.o., Global Translation Solutions, Centrum Sportowe Athletic Sport, IdeaShirt.pl ©

Dodatkowe 400 tys. zł na lubuski sport...

Zielona Góra

Marcin Ruszkiewicz
mruszkiewicz@gazetalubuska.pl

Władze województwa lubuskiego przeznaczyły dodatkowe pieniądze na wsparcie klubów sportowych. 400 tys. złotych podzielono między Gorzów i Zieloną Górę.

W urzędzie marszałkowskim odpowiednie umowy podpisały wóldarze obu miast. Podczas konferencji prasowej Małgorzata Domagała - wiceprezydent Gorzowa Wlkp. podkreślała, że 100 tys. zł na rozwój kultury fizycznej i sportu to kolejny ważny zastrzyk środków. Aż 300 tys. zł otrzymała Zielona Góra. Te pieniądze mają pójść na wsparcie klubu Stelmet Enea BC. - Będziemy wspólnie wspierać koszykarzy. Do tych złotych, które przekaże nam marszałek, my jako miasto do-

łożymy swoje, więc ta kwota będzie wyższa - stwierdził Janusz Kubicki, prezydent miasta. Podczas konferencji obecni byli koszykarze - Łukasz Koszarek oraz Michał Sokołowski, a także Janusz Jasiński. Właściciel klubu przekazał Elżbiecie Annie Polak, marszałek województwa, koszulkę CSKA Moskwa z autografami zawodników. - Jesteśmy dumni, że mogliśmy rywalizować z triumfatorami Euroligi, a ich samolot lądował w Babimoście - mówi podczas spotkania Jasiński. - Region lubuski rozwija się bardzo dobrze, mamy dodatkowe dochody w kwocie 8,5 mln zł. Sejmik województwa podzielił te środki i podjął decyzję o przyznaniu 400 tys. zł na działania w zakresie upowszechniania kultury fizycznej - mówiła marszałek. Nie tylko sport zyskał, ale również inne ważne inicjatywy. ©

W SKRÓCIE

Zielona Góra

W bibliotece posłuchasz wspomnień z Kresów

Dziś o godz. 16 będzie można wziąć udział w spotkaniu z Teresą Gładysz, autorką książki „Z tęsknoty za Nieświeżem”. Na wydarzenie zaprasza filia Wojewódzkiej i Miejskiej Biblioteki Publicznej im. Norwida przy ul. Podgórnej. Pani Teresa dzieciństwo spędziła w Nowogrodku i Nieświeżu, gdzie przeżyła II wojnę światową. Ma co wspominać z tamtych czasów... (ESKA)

Zielona Góra

Wycieczka leśnymi i polnymi ścieżkami

Oddział Zielonogórski PTTK zaprasza w niedzielę na pieszą wycieczkę leśnymi i polnymi ścieżkami na trasie Zielona Góra os. Leśne - Zagórze - Płoty. Zbiórka na przystanku MZK Centrum. Wyjazd autobusem linii nr 37 o godz. 9.54. Na zakończenie majówki „U Danusi”. Przyjazd do Zielonej Góry około godz. 16.00. (ND)

Zielona Góra

Jak książki wpływają na rozwój dziecka?

Jutro o godz. 16.30 w filii nr 9 WiMBP przy ul. Podgórnej 45 odbędzie się spotkanie pt.: „Czytając dużo, będziesz wielki. Moc wielkiego czytania” - spotkanie z prof. dr hab. Gabrielą Kapicą, zajmującą się naukowo m.in. pedagogiką twórczości, zabawy, problemami osobowości. Spotkanie adresowane jest do pedagogów, rodziców oraz osób, którym zależy na wprowadzeniu dziecka w świat książek i czytania. (OPRAC. ND)

Zielona Góra

Tajemnice winiarskich piwnic w mieście

Muzeum Ziemi Lubuskiej zaprasza dziś o godz. 16.00 na wykład z cyklu Studium Wiedzy o Sztuce i Historii. Prelekcję pt. „Podziemne miasto. Piwnice winiarskie Zielonej Góry” wygłosi dr Arkadiusz Cincio, kurator obecnie prezentowanej wystawy pod tym samym tytułem. Wstęp na wykład jest wolny. (ND)

Radni chcą podwyżki dla nauczycieli. Projekt uchwały jest gotowy. Stanie na wtorkowej sesji

Zielona Góra

Leszek Kalinowski
68 324 88 74
lkalinowski@gazetalubuska.pl

Radni Grzegorz Hryniewicz i Tomasz Sroczyński pokazali wczoraj projekt uchwały, dotyczący podwyżek dla nauczycieli. Od 1 czerwca.

W związku ze strajkiem nauczycieli wiele samorządów zastanawiało się, czy za czas protestu będą mogli wypłacić

pedagom pieniądze. Jak się okazuje, zadanie to - by było zgodne z prawem - jest bardzo trudne. Radni klubu Zielona Razem, także nauczyciele, uważają, że można pomóc pedagogom. W jaki sposób? Dając im podwyżki od 1 czerwca. Pensja podstawowa wzrosłaby o 9,6 procenta.

- Te pieniądze po prostu nauczycielom się należą. Za ich pracę w domu, darmowe kółka, wycieczki itd. - zauważa Grzegorz Hryniewicz.

- Poza tym zielonogórska oświata stoi wysoko w różnych rankingach. To zasługa nauczycieli.

Zdaniem Tomasza Sroczyńskiego, samorząd może dać podwyżki nauczycielom. To było konsultowane z prawnikami miejskimi.

- A pieniądze na te podwyżki są w budżecie miasta - dodaje G. Hryniewicz. Ile zatem po podwyżkach mogliby zarabiać nauczyciele? Pensja podstawowa wynosi-

łaby odpowiednio do stopnia awansu zawodowego (kwoty brutto: stażysta - 2.781,65 zł, kontraktowy - 2.861 zł, mianowany - 3.249,64 zł, dyplomowany - 3.817,37 zł).

Czy tak się stanie? To zależy od rady. Projekt uchwały stanie na wtorkowej sesji. Jeśli radni zgłoszą na tak, trafi do wojewody. Ten może uznać uchwałę za ważną lub ją odrzucić. Czas pokaże, czy pedagodzy otrzymają wyższe pensje. ©

Rodzice uczniów są zdeterminowani i zapowiadają walkę do upadłego...

Marcin Ruszkiewicz

510 026 985

mruszkiewicz@gazetalubuska.pl



Zielona Góra

Nie milkną echa decyzji Janusza Kubickiego, prezydenta Zielonej Góry, o zmniejszeniu liczby miejsc w szkołach średnich, a tym samym o zamykaniu drzwi przed uczniami z ościennych gmin. Protestują rodzice ze Świdnicy, Nowogrodu Bobrzańskiego, Zaboru i Czerwieńska.

Mieszkańcy gminy Zabór napisali otwarty list do Kubickiego oraz Anny Zalewskiej, minister edukacji narodowej. Czytamy w nim m.in.: „Od lat absolwenci zaborzkiej szkoły kontynuowali naukę w Zielonej Górze. Na terenie naszej gminy nie ma i nigdy nie było szkół średnich. Wybór zielonogórskich podyktowany jest także względami komunikacyjnymi. Jest to jedyny ośrodek ze szkołami ponadpodstawowymi i ponadgimnazjalnymi, z którym nasza gmina ma bezpośrednie połączenie autobusowe. Związek mieszkańców gminy z miastem Zielona Góra jest bardzo silny. Mieszkańcy gminy w większości pracują w zakładach funkcjonujących na terenie miasta.”

W piśmie czytamy również: „Zdajemy sobie sprawę, że przygotowanie dodatkowych

miejsc dla podwójnego rocznika jest kosztowne oraz, że samorządy nie uzyskały potrzebnych środków na jej wdrożenie. Konsekwencje tych działań ponoszą nasze dzieci, które przeżywają ogromny stres związany z niepewnością co do dalszej swojej przyszłości”.

Mieszkańcy Zaboru nie zgadzają na traktowanie ich dzieci jako ofiar reformy oświatowej. Oczekują również równego traktowania w procesie rekrutacji i proszą prezydenta, by nie łamał prawa.

Również rodzice z Nowogrodu napisali w podobnym tonie otwarty list. Nawet spotkali się w Gorzowie Wlkp. z wojewodą, który obiecał, że doprowadzi do spotkania reprezentanta ministerstwa edukacji narodowej, prezydenta Zielonej Góry oraz zainteresowanych rodziców.

- Niestety mimo usilnych prób i obietnic nadal nie udało się doprowadzić do tego spotkania - mówi Paweł Mierzwiak, burmistrz Nowogrodu Bobrzańskiego. - Jesteśmy zbywani, a wręcz lekceważeni - dodaje Mierzwiak. Podobne odczucia ma Krzysztof Stefański, wójt gminy Świdnica.

- Wysłałem do prezydenta konkretne zapytania w sprawie naboru. Do tej pory nie otrzymałem odpowiedzi - twierdzi wójt.

Przypomnijmy, że w ubiegłym tygodniu w Świdnicy z inicjatywy wójta, odbyło się spotkanie z udziałem Pawła



- Jesteśmy zbywani, a wręcz lekceważeni - mówi Paweł Mierzwiak, burmistrz Nowogrodu Bobrzańskiego. Przysłuchuje się Krzysztof Romankiewicz, starosta zielonogórski

Panie prezydencie, prosimy, aby nie łamał pan prawa i pozwolił naszym dzieciom kształcić się w Zielonej Górze

Mieszkańcy gminy Zabór

Mierzwiaka, burmistrza Nowogrodu Bobrzańskiego, Krzysztofa Romankiewicza, starosty zielonogórskiego,

Krzysztofa Słapczyńskiego, dyrektora delegatury Lubuskiego Kuratorium Oświaty, a także zaniepokojonych rodziców uczniów, którzy w tym roku kończą gimnazja i podstawówki. Zabrakło przedstawicieli władz Zielonej Góry, którzy mimo zaproszenia nie pojawili się na spotkaniu. Padło wiele gorzkich słów.

- Wskutek reformy oświaty i podwójnego rocznika wiadomo było, że w szkołach będzie potrzeba więcej miejsc -

mówił Stefański. - Zielona Góra zadeklarowała, że tych miejsc będzie 4.750, a tu nagle w kwietniu prezydent Janusz Kubicki zmniejszył liczbę do niespełna 3300 i za dodatkowe miejsca od powiatu i gmin zażądał pieniędzy.

Sprawą naboru zajęli się również zielonogórscy radni Koalicji Obywatelskiej, którzy w poniedziałek chcą się spotkać z samorządowcami i przedstawicielami rodziców. Do sprawy wrócimy. ©

WYBIERZ SIĘ

Zielona Góra Obrazy symfoniczne w filharmonii

Wirtuoz gry na skrzypcach Piotr Pławner będzie solistą piątkowego koncertu „Obrazy symfoniczne” w Filharmonii Zielonogórskiej. W programie: Mona Lisa Gioconda L. Różyckiego, Koncert skrzypcowy e-moll F. Mendelssohna - Bartholdy'ego, Poematy symfoniczne: Wyszehrad, Z czeskich lasów i łąk, Wełtawa B. Smetany. Orkiestrą FZ będzie dyrygował Zygmunt Rychert. Początek o 19.00, bilety: 35/40 zł. (HAK)

Zielona Góra Wszystkie twarze Małgorzaty Szapował? Sprawdźcie na koncercie!

Dziś w Piwnicy Kawon premiera recitalu „Wszystkie twarze kobiety” w wykonaniu Małgorzaty Szapował - zielonogórskiej artystki kabaretowej (Śloiczek po Cukrze) i zespołu. Podczas wieczoru z piosenką aktorską, kabaretową, poetycką i estradową usłyszymy piosenki z repertuarów m.in.: Kabaretu Starszych Panów, Hanny Banaszak, Maryli Rodowicz, Wandy Warszawskiej... Początek o 20.00, bilety: 30 zł. (HAK)

Zielona Góra Festyn w parafii pw. św. Józefa Oblubieńca

W sobotę na terenie parafii pw. św. Józefa Oblubieńca przy ul. Prostej odbędzie się doroczny Festyn Parafialno-Osiedlowy. Impreza startuje o 11.00, a w pełnym atrakcji dla całych rodzin programie m.in.: występy wokalistów, koncert Orkiestry Dętej ZSB, pokaz zumbi, tańca, konkursy, loteria. Będzie można wesprzeć hospicjum. (HAK)

REKLAMA

009073436



26 maja

Dzień Lodożerców

w Galerii Auchan

godz. 11.00 - 18.00

Mamy tysiąc lodów do rozdania!

Zrób zakupy za min. 25 zł* w Galerii w dniach 20 - 26 maja. Zgłoś się z paragonem do Punktu Obsługi Promocji 26 maja w godz. 11.00 - 18.00 i odbierz bon na pyszne lody do restauracji Flunch na terenie Galerii Auchan.

*Nie można łączyć paragonów. Każde kolejne 25 zł na paragonie to dodatkowy bon (max. 4 bony = 4 gałki lodów). Szczegółowy regulamin dostępny w Punkcie Obsługi Promocji. Pula nagród jest ograniczona.



Bałagan wciąż jest zmorą wielu miejsc w naszych miastach

Zielona Góra/Sulechów

Natalia Dyjas

68 324 88 44

ndyjas@gazetalubuska.pl

Najczęściej bałagan na ścieżkach, przy obiektach rekreacyjnych, wznaga się po weekendzie. Mieszkańcy wskazują nam kolejne miejsca, które wymagałyby interwencji służb porządkowych.

Do naszej redakcji napisała Czytelniczka, alarmując o bałaganie przy siłowni pod chmurką przy sulechowskim OSiR-ze.

- Tutaj dzieci korzystają z siłowni. Brak kosza na śmieci, nikt tu nie sprząta! - pisze kobieta. I prosi o interwencję w tej sprawie. Z problemem zwróciliśmy się do dyrekcji Ośrodka Sportu i Rekreacji. Jak nas zapewniono, sytuacja była wyjątkowa, bałagan miał być efektem świętowania przez mieszkańców Dni Sulechowa. Jak nas poinformowano, teren już wysprzątano.

Problem śmieci dotyka też Zielonej Góry. - Za garażami na Zaciszu, od ul. Krętej, jest straszny bałagan - informuje nas Czytelnik. - Leży tam gruz, butelki, sprząty - dosłownie dzikie wysypisko śmieci. Wygląda tam naprawdę strasznie, niech ktoś się tym wreszcie zajmie.

- Przy ul. Węgierskiej, naprzeciwko sklepu od parkingu panuje brud - alarmuje pani Anna. - Aż wstyd! Papiery, puszki, butelki pod krzakami.

- W Przylepie w lasku przy ul. Działkowej znajduje się dzikie wysypisko śmieci - zauważają kolejni Czytelnicy. - Podobnie w lasku przy ul. Lotników. Ostatnio była tam nawet łódzka i koło od roweru.

Zgłoszenia Czytelników przekazaaliśmy do Zakładu Gospodarki Komunalnej w Zielonej Górze. Jego pracownicy sprawdzają podane lokalizacje. Jeśli okaże się, że tereny, na których znajduje się bałagan, nie są prywatne, to w ciągu najbliższych dni zostaną uprzątnięte.

Przypominamy mieszkańcom, jak zgłaszać bałagan w mieście (w zeszłym roku ZGK udało się zlikwidować 61 dzikich wysypisk). Można to zrobić, nagrywając się na „zielonym” telefonie, pod numerem: 68 322 91 95. Po paru sygnałach usłyszymy komunikat. Kiedy się skończy, nagrywamy się na pocztę: podając problem, lokalizację oraz kontakt do siebie.

Przypominamy, że w sołectwach również takie kwestie możemy zgłaszać do ZGK. Zmiany obowiązują od 1 maja.

- Przejmujemy zadania m.in. w zakresie utrzymania czystości w sołectwach - mówił na łamach GL Krzysztof Sikora, prezes ZGK. Mowa tu m.in. o zamiataaniu ulic, usuwaniu nieżywych zwierząt z tras, utrzymaniu czystości chodników i ścieżek rowerowych. ZGK jest też odpowiedzialny za zieleni: nasadzenia, pielęgnację, sprzątanie terenów zielonych. ©©

Fiedorowicz znowu wybrany prezesem Euroregionu

Łukasz Kolesnik

510 026 973

lkolesnik@gazetalubuska.pl



Region

W minionym tygodniu w Gubińskim Domu Kultury odbyła się konferencja Euroregionu „Sprewa-Nysa-Bóbr”. Zorganizowane zostały wybory do Konwentu Euroregionu. Prezesem ponownie został Czesław Fiedorowicz.

Jeszcze przed wyborami, podczas obrad członkowie stowarzyszenia reprezentujący miasta, gminy i powiaty wysłuchali sprawozdania prezesa Konwentu Czesława Fiedorowicza z działalności Stowarzyszenia w latach 2015 - 2019 r.

Niemiecką stronę Euroregionu Sprewa - Nysa - Bóbr reprezentowali: Carsten Jacob dyrektor biura oraz Zbigniew Pantkowski.

W trakcie konferencji m.in. udzielono Konwentowi absolutorium za 2018 rok, uchwalono budżet na rok 2019. Najważniejszym punktem były wybory do Konwentu. W wyniku tajnego głosowania członków stowarzyszenia na kolejną kadencję wybrano ponownie Czesława Fiedorowicza na prezesa. Jego zastępcą został Bartłomiej Bartczak. W skład konwentu weszli również: Danuta Madej, Krzysztof



Były burmistrz Gubina, Czesław Fiedorowicz ponownie został wybrany na prezesa Konwentu Euroregionu Sprewa-Nysa-Bóbr

WARTO WIEDZIEĆ

PRZYSZŁE PLANY EUROREGIONU

W ramach Euroregionu zrealizowano mnóstwo projektów. Zwracano uwagę na szybkość w kwestii ich rozpatrywania. - Pracujemy nad tym, aby certyfikacja projektów przebiegała szybko - informuje dyrektor biura Euroregionu Sprewa-Nysa-Bóbr, Carsten Jacob.

W przyszłych planach Euroregionu jest też projekt Dialog, która ma zawierać szereg inicjatyw. - Jedną z nich są kursy językowe. Po stronie niemieckiej w Forst oraz Cottbus, a po polskiej w Gubinie i Zielonej Górze.

Kaliszuk, Marek Cebula, Paweł Lichtański oraz Robert Sidoruk. Oprócz tego wybrano skład komisji rewizyjnej. Przewodniczącym został Adam Jaskulski. Do tego w jej skład weszli Piotr Iwanus i Paweł Mierzwia.

Wszystko wskazuje na to, że najbliższa kadencja nie będzie łatwa. Mówił o tym dyrektor biura Euroregionu, Carsten Jacob.

- Wszystko wskazuje na to, że w przypadku programu Interreg po roku 2020 środki zostaną ograniczone. Musimy walczyć o to, żeby utrzymać pulę na tym samym poziomie - mówi C. Jacob. - Wiemy, że Komisja Europejska chce zmniejszyć pulę pieniędzy na ten program (o 10 do 15 procent). Tym samym zmniejszyłaby się też maksymalna kwota dofinanso-

wania na poszczególne zadania (z 85 do 70 proc.). Staramy się z innymi Euroregionami, żeby zachować obecną dobrą kondycję w tej sprawie. Wybraliśmy się w styczniu 2019 roku do Brukseli, aby pokazać jak ważna jest praca Euroregionu.

Podobnie wypowiada się powtórnie wybrany na wiceprezesa Konwentu Euroregionu, B. Bartczak.

- To będzie bardzo ważna kadencja, bo trzeba będzie o wspomniane środki powalczyć - podkreśla. - To będzie wielkie wyzwanie, przed nami dużo zabiegów, wyjazdów, rozmów. Chcemy zrobić wszystko, aby te pieniądze na pograniczach nie były ograniczane, a zwłaszcza, żeby wielkości dofinansowania nie były zmniejszane.

B. Bartczak zaznacza, że tematów jest znacznie więcej. - Nie będzie to łatwy okres, w wielu aspektach możemy stracić, ale z drugiej strony mamy duże pole do walki. Wiadomo, że na tę sytuację wpłynął Brexit, przez co będzie mniej pieniędzy. Będziemy negocjować, lobbować. Liczymy na to, że uda się te środki wywalczyć. Chociaż słyszy się o zmniejszaniu, to docierają do nas też dobre informacje, np. z parlamentu europejskiego, gdzie słyhać sprzeciw wobec zmniejszaniu pieniędzy na tereny przygraniczne. Jesteśmy dobrej myśli i na pewno będziemy walczyć.

W SKRÓCIE



Zielona Góra Porozmawiajmy teraz o zdrowiu kobiet

Aleksandra Cywińska i Zuzanna Czud z zarządu koła radioterapii i onkologii klinicznej UZ zapraszają mieszkańców regionu w niedzielę w godz. 10.00 - 16.00 na zielonogórski deptak. Będzie okazja by porozmawiać o profilaktyce raka szyjki macicy, o konieczności wykonywania badań cytologicznych itp. Będą rozdawane ulotki. Organizatorem imprezy jest wspomniane koło oraz zielonogórski oddział Międzynarodowego Stowarzyszenia Studentów Medycyny IFMSA - Poland. (KALI)

Zielona Góra Nocny pożar na jednym z osiedli w mieście

Pożar wybuchł nocą na ul. Wiśniowej około godz. 1.00 we wtorek. Na miejsce została wezwana straż pożarna. Dojechała również policja. Kiedy strażacy dojechali na miejsce, zaparkowany renault już cały płonął. Ruszyła akcja gaśnicza. Strażacy opanowali pożar. Samochód jednak spłonął doszczętnie. Co się stało? - Prawdopodobną przyczyną pożaru samochodu był zwarcie instalacji elektrycznej - mówi bryg. Ryyszard Gura, rzecznik zielonogórskich strażaków. (PIJ)

Świebódzin Zawody wędkarskie o mistrzostwo koła

W najbliższą niedzielę, 26 maja, Koło nr 17 w Zielonej Górze organizuje kolejne zawody z cyklu o mistrzostwo Koła. Tym razem odbędą się one na stawie nr 1 w Jordanowie (koło Świebodzina). Zapisy na miejscu w godz. 7.00 - 8.00. (ND)

W SKRÓCIE

Zielona Góra Bachanaliowy bieg po puchar rektora UZ

Drugi dzień Bachanaliów studenci rozpoczęli na sportowo. W tym roku aż 181 studentów ze wszystkich wydziałów wzięło udział w biegu po puchar rektora UZ. Do pokonania mieli 1 km, więc trasa była przystosowana również dla amatorów. Można było biec zarówno solo, jak i w parach - wtedy ręce związane były szarfami. Młodzi kolejny raz udowodnili, że wyobraźni im nie brakuje. Na starcie pojawili się w strojach rekina, Spider-Mana oraz w piżmach przypominających pokemony. (PAZ)



FOT. ALEKSANDRA PAZDA

Region

Przedsiębiorcy wrażliwi społecznie poszukiwani!

Przed nami kolejna edycja konkursu „Biznes wrażliwy społecznie”, którego organizatorem i inicjatorem konkursu jest Fundacja na rzecz Collegium Polonicum. Jego celem jest prezentowanie dobrych praktyk firm z województwa lubuskiego, które realizują inicjatywy na rzecz społeczności lokalnej, w tym współpracują z podmiotami ekonomii społecznej. Konkurs jest dwuetapowy: nabór formularzy zgłoszeniowych oraz spotkania z wybranymi firmami. Na koniec odbywa się gala finałowa. Sponsorami nagród dla przedstawicieli biznesu są podmioty ekonomii społecznej. Zgłoszenia firm przyjmowane są do 30 czerwca br. Aby zgłosić dobrą praktykę firmy, należy wypełnić formularz zgłoszeniowy: wersja online (dostępna na stronie bws.fundacjapc.org) lub do pobrania (wersja docx), którą należy wysłać na adres: m.robaszynska@fundacjapc.org. (ND)

Chcesz mieć biznes lub go masz? Zgłoś się!

Zielona Góra

Leszek Kalinowski

68 324 88 74

lkalinowski@gazetalubuska.pl

Obecni lub przyszli przedsiębiorcy mogą za darmo wziąć udział w szkoleniu na temat zmian w prawie biznesowym czy możliwości uzyskania wsparcia...

Szkolenie „Biznes w dobrej formie” odbędzie się w auli Domu Harcerza przy ul. Wyszyńskiego 19a we wtorek, 28 maja w godz. 10.00 - 14.00. Organizatorzy przewidzieli około 90 miejsc. Zgłoszenia przyjmowane są do 24 maja pod nr tel. 68 456 43 317 (316, 330) lub e-mail: szkolenie-biznes@um.zielona-gora.pl

Wiceprezydent Dariusz Lesicki zachęca tych, którzy działalność gospodarczą już prowadzą, jak i tych, którzy dopiero

się do niej przymierzają. W programie szkolenia m.in. nowe prawa i obowiązki przedsiębiorców, formy prowadzenia działalności gospodarczej, sposoby pozyskiwania finansowania dla osób, prowadzących lub rozpoczynających działalność gospodarczą. - To okazja, by z pacybuta stać się milionerem - zachęca do własnej działalności gospodarczej wiceprezydent Dariusz Lesicki. I dodaje, że w ubiegłym roku zarejestrowano w Zielonej Górze, 1.197 biznesów, 700 zlikwidowano, powstało 497. I w tym roku powinno być podobnie, więc wiadać, że zielonogórzanin nie boją się brać spraw w swoje ręce. Nasze miasto co roku pod tym względem jest wysoko oceniane i otrzymuje tytuł „Miasto przyjazne biznesowi”. Zależy nam, aby ten trend utrzymać. ©©

Przytulisko do likwidacji. Gdzie będą trafiać bezpańskie zwierzątka z terenu Żagania?

Lucyna Makowska
697 770 399
lmakowska@gazetalubuska.pl



Żagania

Po kontroli wojewódzkiej inspekcji sanitarnej, Żagań musi zamknąć punkt czasowego przetrzymywania zwierząt przy ul. Miodowej. Miasta nie stać na budowę własnego schroniska, dlatego szuka miejsca dla 12 psów w sąsiednich samorządach.

Funkcjonujące od 2014 roku na terenie Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej przy ul. Miodowej w Żaganiu miejsce czasowego przetrzymywania bezpańskich psów ma być zamknięte. Decyzją wojewódzkiego lekarza weterynarii, po kontroli zwierzęta mają być stamtąd natychmiast wyprowadzone. Miasto ma na to czas do 15 czerwca. Władze miasta zdołają wynegocjować przedłużenie terminu.

Na portalu społecznościowym jest nawet



FOT. LUCYNA MAKOWSKA

Żarskie schronisko przygotowane jest na przyjęcie ponad stu czworonogów. Wszesłm roku przewinęło się przez nie 156.

strona tzw. żagańskiego przytuliska. To jednak tylko zwyczajowa nazwa, bo w obiegu prawnym w ustawie o ochronie zwierząt podobny termin nie funkcjonuje.

Wolontariusze opiekujący się przetrzymywanymi w punkcie zwierzętami twierdzą, że nie dadzą za wy-

graną i nadal będą walczyć o budowę schroniska w mieście, na co już dwa lata temu zbierali podpisy.

Miłośniczką zwierząt jest radna Małgorzata Kłerek, wraz z wolontariuszami pomaga jak może.

W obiekcie na Miodowej przebywa obecnie 12 bezpań-

skich psów, w przeszłości w porywach było ich nawet 20. Niefortunne położenie punktu, w pobliżu dużego osiedla, nie raz było kością niezgody. Mieszkańcy skarżyli się na ujadające nocą zwierzęta. Do tego na terenie ZGM w wynajmowanych firmach pomieszczeniach jest spory ruch. Zwierzęta drażniły przejeżdżające samochody, co też nie było dla nich kłopotliwe.

Miasto dotowało punkt przy Miodowej kwotą 30 tys. zł rocznie i te pieniądze raczej wystarczały na jego utrzymanie, choć zwierzętami zajmowali się wolontariusze, a tylko w uzasadnionych przypadkach wzywano weterynarza.

Każda gmina ma obowiązek ustawy opracowanie programu opieki nad bezdomnymi zwierzętami i Żagań organizując taki punkt wprowadził zapis w tym dokumencie. Jego zadaniem było przetrzymywanie wyłapanych bezpańskich zwierząt do czasu przekazania ich do profesjonalnego schroniska, choć jak mówi Bogdan Fryze, prezes ZGM, zdarzało się, że niektóre

zwierzęta przebywały tam po kilka lat.

- Były też adopcje, w sumie przez punkt przewinęło się od 2014 roku kilkaset czworonogów, więc zamysł był dobry - tłumaczy. - Jakiś czas temu powiatowy inspektor sanitarny w Żaganiu złożył do wojewódzkiego inspektora sanitarnego zapytanie na jakiej zasadzie nasz punkt funkcjonuje. Po tym przeprowadzono u nas kontrolę. Choć inspektorzy stwierdzili, że takie rozwiązanie jest lepszym niż, gdyby bezpańskie psy miały biegać po ulicach, to kazano nam je zamknąć.

Zważywszy na to że na dniach ZGM przenosi siedzibę do pomieszczeń na dworcu PKP, psom trzeba byłoby zapewnić ochronę na Miodowej, co też wiązało się z kosztami.

Miasto Żagań ma podpisaną umowę z żarskim schroniskiem na przyjęcie pięciu psów rocznie. Za co płaci za tzw. gotowość 5 tys. zł, choć jak zaznacza B. Fryze, zwierzęta z Żagania trafiały do Żar sporadycznie. Dodat-

kowo za każdego przekazanego psa trzeba dziennie płacić za jego utrzymanie, opiekę weterynaryjną 13 zł dziennie.

Budowa schroniska w Żaganiu pochłonęłaby ok. 1 mln zł. Burmistrz Andrzej Katarzyniec przyznaje, że miasta na to nie stać.

- Jednak nie dopuszczamy, żeby zwierzętom działa się krzywda, dlatego rozmawiamy z gminami w sąsiedztwie Żagania, by przyjęły nasze psy. Prowadziliśmy też negocjacje z kilkoma pobliskimi samorządami nad pomysłem wspólnej budowy schroniska, jednak nie ma na to zielonego światła - tłumaczy burmistrz. - Trzeba pamiętać, że nie dość, że inwestycja jest kosztowna do jeszcze jest sporo warunków do spełnienia przypisanych ustawą, a potem utrzymania obiektu, co też nie jest małe.

Żarskie schronisko przygotowane jest na przyjęcie setki zwierząt. W tej chwili przebywa ich tam 40-50. Na jego utrzymanie i funkcjonowanie miasto przekazuje rocznie 600 tys. zł. ©©

W sobotę 36. Półmaraton SOLAN. Będą utrudnienia w ruchu

Nowa Sól

Eliza Gniewek-Juszczak
68 324 88 29
egniewek@gazetalubuska.pl

36. Półmaraton SOLAN im. Romana Terlikowskiego to jeden z najstarszych biegów w Polsce. Wystartuje 25 maja.

Start, metę i dekoracje zwycięzców Półmaratonu Solan zaplanowano w Parku Krasna przy al. Wolności. W związku

z imprezą nastąpią utrudnienia w ruchu drogowym w sobotę, w godz. 15.00 - 20.00. Aleja Wolności zamknięta będzie całkowicie w godz. 10.00 - 20.00.

Utrudnienia wystąpią na następujących ulicach: Al. Wolności (start i meta), Portowa, Korzeniowskiego, Żwirki i Wigury, Witosa, Głowackiego, Św. Barbary, Parkowa, Kościuszki, Przemysłowa i Wojska Polskiego. - Mając na uwadze bezpieczeństwo startujących

biegaczy, prosimy o uwzględnienie przejazdów na trasie rozgrywanego biegu - podkreśla Marcin Kula z Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Nowej Soli.

MOSiR organizuje Półmaraton Solan, najpierw nazywany Biegiem Solan, od 1984 roku.

Od 2016 roku bieg nosi imię Romana Terlikowskiego. Był wieloletnim trenerem młodzieży. ©©

Nowa atrakcja w mieście. Kładka w porcie będzie oświetlona

Nowa Sól

Eliza Gniewek-Juszczak
68 324 88 29
egniewek@gazetalubuska.pl

Kładka w porcie w Nowej Soli będzie miała stałą iluminację. Trwają prace przy montażu oświetlenia. Co jeszcze planuje ciekawego urząd miejski dla mieszkańców zanim będzie Święto Solan?

W sobotę, 25 maja w nocy kładka w porcie ma być oświetlona. Dobiegają końca ostatnie prace. Urząd miasta prosi osoby przechodzące tędy o ostrożność.

- Iluminacja będzie w kolorach niebieskim i zimnym białym. Oświetlona kładka będzie pięknie odbijała się w wodzie - zapowiada Beata Kulczycka, naczelnik wydziału integracji europejskiej i promocji w urzędzie miasta. Pierwszy raz to oświetlenie można było zobaczyć 30 kwietnia, kiedy zabyłyło z okazji 15. rocznicy wstąpienia Polski do UE.

Iluminacja, to niejedyna atrakcja, którą na najbliższe tygodnie szykuje wydział promocji. Co roku przed wakacjami urząd miejski wydaje nową książkę związaną z Nową Solą.



FOT. MARIUSZ KAPALA

Kładka w porcie w Nowej Soli została oświetlona pilotażowo z okazji 15. rocznicy wstąpienia Polski do Unii Europejskiej

W ubiegłym roku była to książka Marka Grzelki „Legendy Nadodrzańskie”. Tym razem będzie to tomik poezji Elżbiety Bielskiej - Kajzer (w czerwcu album będzie można kupić w urzędzie miejskim w promocyjnej cenie 15 zł).

- Mamy plany na kolejne książki związane z panią Grążyną Graszka, Edwardem Gramontem, Adamem Szewczyńskim. Postawiliśmy sobie za cel wydawać co roku jedną. Jest duże zainteresowanie naszymi książkami - przyznaje Beata Kulczycka.

Przed Świętem Solan, 7-8-9 czerwca mieszkańców czeka impreza szantowa na cyplu. Pierwszego dnia będą opowieści związane z Odrą, m.in. o „Odra Adventure” - spływach tratw. - Chcemy przypomnieć historię tego spływu, niektórzy uczestnicy mają już dzieci i wnuki - mówi B. Kulczycka. W sobotę będą szanty. Wystąpią zespoły znad morza. Impreza odbędzie się w cyklu Naturalnie nad Odrą.

W dniach 14-16 czerwca odbędzie się Święto Solan. ©©

Drużyna Bawołów ma swoją ulicę

Wschowa

Opr. (EGJ)
egniewek@gazetalubuska.pl

Jutro, o godz. 17.00 przy placu 3 Drużyny Harcerskiej im. Zawiszy Czarnego przy Nowych Ogrodach odbędzie się uroczystość nadania imienia ulicy Aleja Drużyny Harcerskiej „Bawoły”.

Wschowska 3 Drużyna Harcerska im. Zawiszy Czarnego, bardziej rozpoznawalna jako „Bawoły” powstała w maju 1957 roku. Jej organizatorem był druż. Andrzej Piotrkowski ze

Wschowy - czytamy w uzasadnieniu uchwały rady miejskiej w sprawie nadania nazwy ulicy.

Drużyna „Bawoły” słynęła z niekonwencjonalnego funkcjonowania skautowego. Zajmowała się głównie wychowaniem dzieci i młodzieży nie zrzeszonej z różnych środowisk. Bazą był przede wszystkim lasy komunalny „Park Wolsztyński” gdzie organizowane były biwaki, gry i zabawy. Pod laskiem (okolice ulicy Nowych Ogrodów) rozbijane były namioty w ramach „nieobozowego lata”. Tam też ćwiczone musztrę parady, tresurę zwie-

rzat „Małego Cyrku” harcerskiego, organizowano wyścigi psich zaprzęgów, zdobywano sprawności harcerskie i uczono przygotowania do samodzielnego życia.

Radni, chcąc uhonorować działalność Drużyny Harcerskiej Bawoły w lutym tego roku przyjęli uchwałę o zmianie nazwy ul. Nowe Ogrody w części, w której działały „Bawoły”. Ten odcinek drogi nie jest zabudowany, biegnie wzdłuż Parku Wolsztyńskiego, lasu i ogródków działkowych. Nie będzie zatem zmian w adresach zamieszkania. ©©

REDAKTORZY DYŻURNI

Nasi dziennikarze czekają na Twój głos. Telefony redakcji:
* 95 722 57 72 w Gorzowie Wlkp. * 510 026 518 w Ślubicach
* 510 026 983 w Międzyrzeczu

W Gorzowie Wlkp.:

Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl



W Ślubicach:

Renata Hryniewicz
rhryniewicz@gazetalubuska.pl



W Międzyrzeczu:

Tomasz Rusek
trusek@gazetalubuska.pl



naszemiasto.pl:

Sandra Soczewska
ssoczewska@gazetalubuska.pl



Mija 8 lat od śmierci lubianego żuźlowca

Gorzów/kalendarium

oprac. (tr)

trusek@gazetalubuska.pl

22 maja 2011 r. zmarł były zawodnik Stali Gorzów i ZKŻ Zielona Góra - Słoweniec Matej Ferjan.

Zawodnik zasłużył się zwłaszcza dla pierwszego z tych dwóch lubuskich klubów.

Nie było obrażeń

Ferjan nie jeździł w Stali Gorzów od 2008 roku, ale był jednym z ulubieńców kibiców. To m.in. dzięki jego pomocy awansowaliśmy przecież do ekstraklasy. I cały czas mieszkał w Gorzowie, w apartamentowcu przy ul. Dekerta.

Tam, w podziemnym garażu, w zaparkowanym busie renault w niedzielę około 8.30 żona odnalazła jego ciało. Na ciele nie stwierdzono żadnych obrażeń, dlatego na początku myślnano, że Ferjan

popęłił samobójstwo. Ostatecznie w organizmie sportowca wykryto środki odurzające.

Wyniki sekcji zwłok, badań toksykologicznych, jak i opinia biegłego potwierdzają, że bezpośrednią przyczyną zgonu było przedawkowanie narkotyków. To doprowadziło do ostrej niewydolności oddechowo-krążeniowej - mówi nam siedem lat temu ówczesny rzecznik prokuratury Dariusz Domarecki.

Nie wziął łapówki

Słoweniec wzbudził uznanie fanów żółto - niebieskich m.in. odmową przyjęcia łapówki. Miał otrzymać 25 tys. euro za to, żeby pojechał gorzej w meczu z drużyną Ostrowa. Stawka w rozgrywanym w 2007 r. spotkaniu była wysoka, gdyż chodziło o awans do ekstraklasy. Stal wygrała z Ostrovią 49:41, a Ferjan, który o propozycji łapówki, powiadomił władze Stali, zdobył 10 punktów. ©©

W SKRÓCIE

Gorzów Wlkp. Będzie pikietą w obronie osób niepełnosprawnych

Jutro o 16.00 przed zabytkową bimbą, która stoi na Welnianym Rynku, odbędzie się manifestacja popierająca osoby niepełnosprawne. Będzie to manifestacja solidarności z tymi, którzy w tym samym dniu będą protestować przed Sejmem w Warszawie - mówi organizatorka Monika Twarogal. (JM)

Gorzów Wlkp. Ulica Hawelańska i Welniany Rynek pójdą do przebudowy

Urządnicy chcą, aby w przyszłorocznym budżecie miasta zapisać 150 tys. zł na projekt przebudowy deptaku przy ul. Hawelańskiej i Welnianym Rynku. Trzeba go będzie przebudować, by umożliwić dojazd do bloków przy ul. Sikorskiego. Po wybudowaniu deptaku koło katedry nie będzie do nich dojazdu od strony Starego Rynku. (JM)

Sulęcín/Torzyn/Gorzów Kradzione auta 19-latek tankował kradzionym paliwem

19-latek kradł samochody, tankował go, nie płacąc za paliwo, a gdy podróż go zużyła, porzucał auta. W dodatku nie posiadał prawa jazdy - informuje sierż. Klaudia Richter z policji w Sulęcín. Na początku maja sulęciński kryminalni otrzymali zgłoszenie o kradzieży paliwa na stacji w Torzymiu. Funkcjonariusze szybko dotarli do 19-letniego mieszkańca pow. sulęcińskiego. Ustallili, że oprócz kradzieży paliwa ma na koncie również kradzieże samochodów w Torzymiu i Gorzowie Wlkp. Dwukrotnie postanowił urządzić sobie przejażdżkę cudzym kosztem. Nastolatek w pierwszej kolejności włamywał się do samochodu, następnie tankował go, nie płacił za paliwo, a na koniec auto zniszczył i porzucił. Jeden ze skradzionych pojazdów po zakończonej podróży podpalił. Młody człowiek nie posiada też praw jazdy. Grozi mu nawet 8 lat pozbawienia wolności. (ZEB)

Gdzie będą uczyć się młodzi, którzy idą do szkoły średniej?

Jarosław Miłkowski

95 722 57 72

jmiłkowski@gazetalubuska.pl



Gorzów Wlkp.

Do szkół ponadpodstawowych zbliża się „podwójny rocznik” uczniów. By ich wszystkich pomieścić, szkoły czekają przetasowania.

- My oddajemy sześć pracowni Elektrykowi, a sami, oprócz budynku przy ul. Dąbrowskiego, będziemy wykorzystywać pomieszczenia Centrum Kształcenia Zawodowego przy ul. Pomorskiej. Tam będziemy organizować zajęcia techniczno-mechaniczne. Aby uczniowie za dużo nie biegali, odbywać się tam będą także inne lekcje, np. historii - mówi Piotr Kruk, dyrektor Zespołu Szkół Mechanicznych, który szykuje się do sporej rewolucji w swojej placówce.

1 września tego roku w szkołach rozpocznie naukę tzw. podwójny rocznik uczniów. W Gorzowie oznacza to konieczność znalezienia miejsca dla 3940 osób. Urzędnicy wraz z dyrektorami szkół musieli dokonać kilku przetasowań.

O tym, że III Liceum Ogólnokształcące z ul. Warszawskiej przeniesie się do budynku Szkoły Podstawowej nr 7 przy ul. Estkowskiego, pisaliśmy już wielokrotnie. Ten ogólniak robi bowiem miejsce uczniom Liceum Plastycznego, którzy - po przyjęciu podwójnego rocznika - nie zmieściliby się w aktualnej siedzibie przy ul. Bema. I te zmiany już w marcu zostały zatwierdzone przez radnych

Kolejne mają zostać uchwalone dzisiaj (początek sesji rady miasta o 14.00 w sali narad przy ul. Sikorskiego 3-4). Dotyczy one będą utworzenia dodatkowych lokalizacji dla kilku szkół.



- W tym gabinecie od 1 września będą uczyć się uczniowie Elektryka - mówi Piotr Kruk z Mechanika

Przy ul. Grobla będziemy mieć sześć dodatkowych gabinetów, bo w szkole będzie sześć klas więcej

Grażyna Szczepańska, II LO

kowych lokalizacji dla kilku szkół.

II Liceum Ogólnokształcące, które cały czas będzie prowadzić lekcje w swoim budynku przy ul. Przemysłowej, dostanie też do dyspozycji sześć gabinetów w budynku dzisiejszym Gimnazjum nr 4 przy ul. Grobla.

Będzie można tam prowadzić lekcje w wielu przedmiotach, bo dobrze wyposażone są m.in. gabinety: biologiczny, matematyczny, geograficzny, informatyczny. Do dyspozycji będzie

też sala gimnastyczna - mówi nam Grażyna Szczepańska, wicedyrektor II LO. Tu zostanie utworzonych aż 12 klas pierwszych! Najlepszy publiczny ogólniak w Lubuskim przyjmie do klas pierwszych 360 uczniów - 180 absolwentów gimnazjów i 180 absolwentów podstawówek. W trwającej już od 13 maja rekrutacji wpłynęło już około 140 podań.

Jak zwykle, spora część z chętnych do szkoły, to osoby spoza Gorzowa (co roku około 50 proc. kandydatów do szkół pochodzi z okolicznych miejscowości). Część z nich będzie mogła skorzystać z internatu (ma on dwie siedziby - przy ul. Woskowej i przy ul. Myśluborskiej). O miejsce powinno być o tyle łatwiej, że aż 32 łóżka zwolnią tegoroczni maturzyście. Gdyby nie to, liceum miałoby nie lada kłopot.

Kolejne zmiany? - IV LO będzie korzystało z sześciu pomieszczeń w Zamiejscowym Wydziale Kultury Fizycznej przy ul. Estkowskiego. A Zespół Szkół Elektrycznych, poza skrzydłem, które przejmie od Mechanika, też będzie miało do dyspozycji sześć sal w budynku przy ul. Grobla - mówi Magdalena Łabuza z wydziału edukacji gorzowskiego magistratu.

Co będzie, gdy przez szkoły średnie przejdzie fala „podwójnego rocznika”? Czy szkoły wrócą do stanu, jaki funkcjonuje dzisiaj? Na to odpowiedzi jeszcze nie ma. Za kilka lat do szkół średnich znów będzie więcej chętnych niż zwykle. - W roku szkolnym 2022/2023 oraz 2023/2024 do szkół średnich przychodzić będzie z kolei półtora rocznika uczniów - mówi M. Łabuza. ©©

Warsztaty, koncerty, kino... Warto wiedzieć, co się dzieje, żeby ciekawie spędzić czas wolny

Region

Aleksandra Szymańska

95 722 57 72

aszymanska@gazetalubuska.pl

Teatr w Gorzowie zaprasza dzieci na bajkę o Gniewku i Lubince. Do Sulęcína przyjeżdża kino. W Ślubicach będą popisy taneczne.

● **Gorzów Wlkp.:** środa, czwartek, 9.30, 11.00, scena kameralna, „Gniewko i Lubinka w Krainie Liter”. Bilety: 17 zł.

● **Środa, 17.00,** Klub Kultury MCK Zodiak, ul. Słoneczna 62, warsztaty z coachem Małgorzatą Chołuj - „W Kobiecym Kręgu - Kobieca seksualność...”. Wstęp: 15 zł (liczba miejsc ograniczona).

● **Czwartek, 17.00,** Klub Kultury MCK Zodiak, „Wspomnienia Kresowe”. Wstęp darmowy.
● **Czwartek, 18.00,** Miejskie Centrum Kultury, ul. Drzymały 26, Cygański wieczór filmowy - „Romani Rad”, projekcja filmów. Wstęp darmowy.

● **Piątek, 18.00,** Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Herberta, ul. Sikorskiego 107, spotkanie z pisarzem Jakubem Małeckim, w ramach 8. Ogólnopolskiego Festiwalu Poetyckiego im. Kazimierza Furmana FurmanKa.

● **Sulęcín:** środa, Sulęciński Ośrodek Kultury, ul. Moniuszki 1, Kino Objazdowe: 14.00, „Miłość i miłosierdzie”; 16.00, „Kraina cudów”; 18.00, „Trzy kroki do siebie”; 20.00, „Słodki koniec dnia”. Bilety: 14-16 zł.

● **Międzyrzecz:** środa, czwartek, kino MOK, ul. Konstytucji 3 Maja: 17.00, „Hellboy”, 19.20, „Smętarz dla zwierzaków”. Bilety: 14-18 zł.

● **Piątek, 18.00,** MOK, Kabaret Moralnego Niepokoju z programem „Tego jeszcze nie grali”. Bilety: 80, 90 zł.

● **Ślubice:** czwartek, 17.00, Ślubicki Miejski Ośrodek Kultury, ul. 1 Maja, Lubuska Gala Taneczna Pro Arte 2019, wystąpią dzieci i młodzież od 6. do 20. roku życia.

Szczury, muchy i robale? My nie chcemy ich tu wcale!

Tomasz Rusek
95 722 57 72
trusek@gazetalubuska.pl



Kłodawa/Różanki

Setka mieszkańców gminy Kłodawa zablokowała wczoraj na godzinę rondo w Różankach, czyli trasę Gorzów - Strzelce. - Jesteśmy gotowi na wszystko! - mówili GL uczestnicy pikiety.

Ludzi skrzyknęła radna Kłodawy Katarzyna Chmiel - Dera. To ona pomaga mieszkańcom wsi Różanki walczyć z planowaną budową biogazowni.

Ciężarówka pełna obornika

Inwestor z Warszawy chce ją postawić koło szklarni. Ma tam być przerabianych m.in. 10 tys. ton obornika rocznie. Mieszkańcy są przeciwni takim planom. Boją się smrodu, plagi szczurów, owadów, rozjeżdżania lokalnych dróg przez ciężarówki z obornikiem, utraty wartości swoich domów. Także władze gminy nie chcą takiego



Krajową trasę nr 22 blokował wczoraj m.in. pan Przemysław

Około 16.40 kierowca osobówki niegroźnie potrafił jednego z pikietujących i odjechał w stronę Strzelce Krajeńskich

inwestora. - Zrobimy wszystko, by zablokować budowę - powiedziała GL wprost wójt Kłodawy Anna Mołodciak podczas niedawnej wiejskiej narady w tej sprawie. Jednak zaznaczyła, że potrzeba jest też aktywności mieszkańców. A ci obiecali, że nie będą bezczynni...

Korek zrobił się raz, dwa

Uczestnicy wczorajszego protestu „tylko” chodzili po pasach dookoła ronda, ale tym samym skutecznie zablokowali przejazd przez skrzyżowanie. Gwizdali, trzymali transparenty i wykrzykiwali hasła: „Dobrze nam się tutaj żyje, biogazownia nas zabije”, „Szczury, muchy i robale? My nie chcemy ich tu wcale” czy po prostu: „Stop biogazowni”.

Błyskawicznie zrobił się korek. Największy od strony Gorzowa, bo o 16.00, gdy zaczął się spacer po pasach, wielu mieszkańców okolicznych miejscowości wracało z pracy w Gorzowie do domów. W zatorze utknęło też kilka tirów. Na miejscu byli policjanci, ale nie utrudniali pikiety. Wśród protestujących były całe rodziny, często z dziećmi.

Pani Karolina przysła z mężem i synem Mateuszem. Dziewięciolatek miał na twarzy maskę przeciwigazową. Według planów ma mieszkać kilkaset metrów od biogazowni...

Przed 17.00 zgromadzenie zostało rozwiązane. Ale mieszkańcy zapowiadają: - Jesteśmy gotowi na kolejne takie akcje! ©



Minister Elżbieta Rafalska i burmistrz Dariusz Jaworski otworzyli gabinet stomatologiczny w Szkole Podstawowej nr 2

Stomatolog będzie leczył zęby w szkole

Region

„Szczotka, pasta, kubek ciepła woda” na 40 głosów odśpiewali uczniowie, a burmistrz ufundował im pasty i szczoteczki do zębów. To wszystko z okazji otwarcia szkolnego gabinetu stomatologicznego.

Na jego urządzenie gmina zdobyła 116 tys. zł z Ministerstwa Zdrowia. Uczniowie będą mogli korzystać z gabinetu bezpłatnie. Fotel dentystyczny sfinansowano z Włoch za 90 tys. zł. - To mercedes wśród tego typu

urządzeń - podkreśla Artur Rosiak z Urzędu Miasta w Witnicy. Wkładem własnym Gminy był remont i dostosowanie pomieszczenia w szkole na potrzeby gabinetu. Wyposażenie kosztowało 112 tys. zł, a ponad 4 tys. zł gmina otrzymała na profilaktykę (pogadanki, prelekcje, spotkania ze stomatologiem, a także ankiety).

Gmina szuka teraz chętnego do prowadzenie usług stomatologicznych w szkole. Umowa zostanie podpisana do 10 czerwca. Kontrakt sfinansuje NFZ. Z rządowego programu skorzystała też Cybinka. **OPRAC. (ZEB)**

Akcja specjalna Kampania edukacyjna: „Nie igraj z kleszczem. Wygraj z kleszczowym zapaleniem mózgu”

008970316

To ostatni moment, żeby zaszczepić się przeciw KZM przed wakacjami

Kleszcze, mimo swoich niepozornych rozmiarów, potrafią bardzo zaszkodzić. Niegroźny im ani deszcz, ani chłodne wiosenne dni. Dlatego warto wiedzieć, jak uchronić się przed tymi pajęczakami oraz chorobami, które przenoszą. Szczególnie atrakcyjnymi dla kleszczy są bawiące się w trawie dzieci, a także osoby, które lubią spędzać czas na łonie natury. Według najnowszych badań nasza wiedza na temat kleszczy jest nadal niewystarczająca, a to ostatni moment, aby przed wakacjami zaszczepić się przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu!

Jak wynika z badania „Co Polacy wiedzą o kleszczach i KZM”, przeprowadzonego w ramach kampanii edukacyjnej „Nie igraj z kleszczem. Wygraj z kleszczowym zapaleniem mózgu”, większość Polaków boi się kleszczy, a co czwarty badany ze strachu przed nimi rezygnuje z wypoczynku na świeżym powietrzu. Większość badanych wskazuje boreliozę jako główną chorobę, którą przenoszą kleszcze, a jedynie co trzeci badany wymienia

kleszczowe zapalenie mózgu (KZM), które może prowadzić do trwałej niepełnosprawności, a nawet zakończyć się śmiercią.

Wirus KZM bytuje w gruczołach ślinowych kleszcza, dlatego można się nim zakażać niemal od razu po ukłuciu. Zakażenie przebiega w dwóch etapach. Początkowo pojawiają się objawy grypopodobne: ból głowy, zmęczenie. Jednak u niektórych chorych rozwija się druga faza

choroby, w której pojawiają się objawy neurologiczne: gorączka, nudności, porażenia nerwów, zaburzenia koordynacji ruchowej, drgawki, porażenie, zaburzenia świadomości, a nawet śpiączka. Oznacza to, że wirus przedostał się do ośrodkowego układu nerwowego, gdzie może powodować zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych i mózgu.

Chorzy, którzy przebyli KZM, często borykają się z trwałymi uszkodzeniami układu nerwowego (zaburzenia mowy, równowagi, pamięci, niedowłady/paraliż) oraz narządu słuchu. Powikłaniami choroby mogą być również problemy dotyczące psychiki, spośród których najczęstszymi są depresja oraz zaburzenia pamięci lub zachowania.

KZM jest chorobą, na którą nie ma leku. Leczenie kleszczowego zapalenia mózgu jest wyłącznie objawowe, tzn. że podawane leki jedynie łagodzą główne objawy choroby. Jedyną skuteczną formą działania przeciwko wirusowi KZM jest profilaktyka, czyli szczepienia ochronne - mówi prof. dr hab. n. med. Joanna Zajkowska z Kliniki Chorób

Zakaźnych i Neuroinfekcji Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku.

Szczepienia przeciwko KZM niemal w 100 proc. chronią przed zachorowaniem na tę groźną chorobę. Odporność nabywa się po przyjęciu dwóch dawek szczepionki, dlatego warto rozważyć szczepienie teraz - jeszcze przed sezonem urlopowym, kiedy szczególnie będziemy narażeni na kontakt z tym pajęczakiem. Biorąc pod uwagę czas potrzebny na nabycie odporności na wirusa KZM (ok. 2 tygodnie), przełom maja i czerwca to ostatni dzwonek na przyjęcie szczepionki przed tym wirusem, aby zabezpieczyć się jeszcze przed wakacjami.

Kleszczy z roku na rok jest coraz więcej. Ciepłe zimy i zmiany klimatu sprawiają, że kleszcze czują się u nas znakomicie. Warto wiedzieć, że już co szósty kleszcz może być zakażony wirusem KZM. Pajęczaki te żyją w trawie i niskich zaroślach. Można je spotkać w miejskich parkach i przydomowych ogródkach. Reagują na ciepło naszego ciała i zapach potu. Warto przed spacerem czy spędzaniem czasu na działce założyć na siebie ubranie, które zakryje całe ciało, a po powrocie do domu wytrzeć je i sprawdzić, czy nie zostaliśmy ukłuci przez kleszcza.



Igor, Adam, dwie Laury... Kto jeszcze się urodził?



ALEKSA
urodzona w Szpitalu Powiatowym
w Drezdenku; 3980 g, 55 cm
rodzice: Daria Kryger-Marciszewicz
i Marcin Marciszewicz z Pęckowa



ANTONI
urodzony w Szpitalu Powiatowym
w Drezdenku; 3000 g, 54 cm
rodzice: Zuzanna i Patryk Osirscy
z Drezdenka



LILIANA
urodzona w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie; 3530 g, 57 cm
rodzice: Joanna i Marcin
z Gorzowa Wlkp.



MATEUSZ MARIUSZ WOŁCZAK
urodzona w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie; 3520 g, 65 cm
rodzice: Marta Kibał i Mariusz
Wołczak z Gorzowa Wlkp.



LAURA
urodzona w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie
3910 g, 61 cm
rodzice: Małgorzata i Daniel



LAURA PAWLAK
urodzona w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie; 2670 g, 52 cm
rodzice: Joanna i Krzysztof
z Dobrojewy



ADAM
urodzony w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie; 3500 g, 51 cm
rodzice: Marlena i Marcin
z Gorzowa Wlkp.



IGOR HOLKA
urodzony w szpitalu wojewódz-
kim w Gorzowie; 3290 g, 53 cm
rodzice: Marlena i Krzysztof
Holka z Gorzowa Wlkp.

NASI PARTNERZY:
Wielospecjalistyczny Szpital
Wojewódzki w Gorzowie Wlkp.
sp. z o.o., ul. Dekerta 1
66-400 Gorzów Wlkp.
tel. 95 733 12 00
sekretariat@szpital.gorzow.pl

Powiatowe Centrum Zdrowia
sp. z o.o.
Szpital Powiatowy w Drezdenku
ul. Piłsudskiego 8
66-530 Drezdenko
tel. 95 763 99 72
sekretariat@szpital-drezdenko.pl

Międzyrzeczanie: Do Gorzowa bliżej, Zieloną też odwiedzamy

Tomasz Rusek

95 722 57 72

trusek@gazetalubuska.pl



Międzyrzecz

Zapytaliśmy międzyrzeczan
którą stolicę woj. lubuskiego
odwiedzają częściej. Zdecy-
dowana większość odpowie-
działa, że Gorzów. Ale Winny
Gród też ma swoich fanów.
A co o tym decyduje?

Naszą sondę przeprowadzili-
śmy na społecznościowych
profilach Głos Międzyrzecza
i Skwierzyny oraz Międzyrzecz
NaszeMiasto.pl (zapraszamy
do polubienia). Odpowiedziało
nam ponad 150 osób! Więk-
szość - około 70 proc. - wska-
zało na Gorzów. To właśnie jest
stolica lubuskiego, do której
nasi Czytelnicy z Międzyrzecza
przyjeżdżają częściej. Dla-
czego?

Gorzów: tutaj się studiuje, tutaj chodzi do lekarzy

Agnieszka Nisiewicz przy-
znaje, że to przez naukę. - Po
prostu studiując w Gorzowie,
poznałam to miasto lepiej. Do
tego dochodzi przyzwyczajenie.
Jako osoba chorująca
swoich lekarzy mam w Gorzo-
wie. Przyjeżdżają tam ze
Szczecina czy też z Poznania -
wyjaśnia.

Dodaje jeszcze, że Gorzów
zmienia się na lepsze i jest ład-
niejszy niż był kiedyś. A jej zda-
niem był... szary, bury i po-
nury. Zaraz jednak podkreśla,
że Zielona Góra też jest pięknym
miastem.

Na Gorzów wskazał Radek
Czajka. U niego też głównym
powodem postawienia na pół-
nocną stolicę Lubuskiego są
studia na Akademii im. Ja-
kuba z Paradyża. Odległość



Do stolic jeździmy dobrze zjeść, studiować, leczyć się. Podróżom sprzyja S3 i połączenia PKP

**Bilet PKP do Gorzowa
z Międzyrzecza kosztuje
zaledwie 7 zł.
Do Zielonej Góry
prawie trzy razy więcej:
aż 18 zł 60 gr**

pozwala na nie dojeżdżać, bez
konieczności wynajmowania
lokum. - Jeśli miałbym studio-
wać w Zielonej Górze, to
chyba doszłyby mi jeszcze
koszty mieszkania - ocenia
pan Radosław.

Z tą odległością ma sporo
racji. Na tę zaletę wskazuje też
Agnieszka Ceglarek.

Do Gorzowa ma 47 km trasą
S3. Do Zielonej Góry tą samą
drogą już nieco więcej - prawie
70. Do Gorzowa można też do-
jechać bussem (za około 11 zł),

albo koleją za 7 zł. Do Zielonej
Góry ten sam szynobus kosztu-
je już ponad 18 zł.

Zielona Góra: specjaliści, drogi, no i wielki urok

A dlaczego niektórzy wybierają
część Zieloną Górę? Aleksan-
dra Kruk tłumaczy krótko
i zwięźle: - Piękne miasto.
Przy okazji wizyty u specjalisty
czy zakupów zawsze znajdu-
jemy czas na spacer po rynku
i obowiązkowo odwiedzamy
restaurację Namaste India.
Przepyszne jedzenie, którego
w naszym mieście niestety bra-
kuje - wylicza zalety południo-
wej stolicy.

Z kolei Izabela Piątysek
przyznaje, że woli Zieloną, bo...
pochodzi z Zielonej. Dodaje, że
łatwiej się jej po południowej
stolicy jeździ i jest - według
niej - o wiele piękniejsza niż
Gorzów.

Zdaniem Czytelnika Miro-
sława w delikatnej kwestii Zie-
lona czy Gorzów kluczowe
jest... dzieciństwo. - Wielu
międzyrzeczan chodzi w Go-
rzowie do szkół średnich. Tu
zawierają znajomości, które
potem trwają przez studia
i później, w życiu dorosłym. No
i w ten sposób człowiek wiąże
się mocniej z tym miastem -
uważa pan Mirosław.

Także jego zdaniem istot-
nym dla mieszkańców Między-
rzecza było otwarcie trasy S3. -
Kiedyś wizyta w Gorzowie albo
Zielonej była niemal wyprawą.
Dziś to dosłownie 20 minut
na północ albo nieco ponad 30
na południe i już - dodaje jesz-
cze Czytelnik.

Przypomnijmy: odcinek S3
między Gorzowem a Międzyrze-
czem został otwarty pięć lat
temu: w maju 2014 r. Jego bu-
dowa kosztowała 760 mln zł. ©

REKLAMA

009094431

TEGO DNIA POTRZEBUJEMY WASZEGO WSPARCIA NA STADIONIE W GORZOWIE!

24 MAJA #GORGRU
GODZINA 18:00 **STAL.KUPBILETY.PL**
PGE **ZAWSZE RAZEM**
EKSTRA LIGA

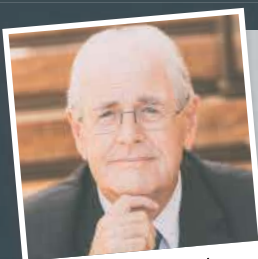


**OFICJALNY
SKLEP KIBICA**
SKLEP.STALGORZOW.PL

JESTEŚMY JEDNĄ DRUŻYNĄ I WSPÓLNIE STANOWIMY O SILE GORZOWSKIEJ STALI!

SZOKUJĄCE DONIESIENIA NAUKOWCÓW Z WIELKIEJ BRYTANII:

Z tą metodą chudniesz w tempie **5 kg tygodniowo** bez narażania zdrowia!

Prof. Daniel Ward
Oxford Metabolic Centre

Już 320 tysięcy osób trwale i bezpiecznie pozbyło się nadwagi, chudnąc 2 kg, 3 kg, a nawet 5 kg tygodniowo. Wielokrotne badania potwierdziły, że naturalny preparat prof. Warda działa w 91% przypadków. Nawet na najbardziej otyłe i odporne na diety osoby. Swoją wyjątkową skuteczność zawdzięcza zaskakującej formie, w jakiej jest podawana.

Choć metoda brytyjskiego profesora opiera się w 100% na roślinnym składzie, usuwa zbędną tkankę tłuszczową szybciej, niż najsilniejsze chemiczne spalacze. Blokuje ona także nadmierne odczuwanie głodu, eliminując chęć podjadania. Jest tak skuteczna, że zadziałała nawet na osoby, które mimo wielu prób nie mogły schudnąć od 10, 15 a nawet 20 lat. Dzięki niej każdy, bez względu na wiek i przyczynę nadwagi może odzyskać szczupłe ciało w niespotykanym tempie. Bezpiecznie i bez skutków ubocznych dla zdrowia.

5 kg mniej w 7 dni

Potwierdzeniem tego są badania przeprowadzone przez twórcę metody – prof. Daniela Warda z Oxford Metabolic Centre. Uczestnicy badania (kobiety i mężczyźni w wieku 35–75 lat) stosowali nową metodę przez 4 tygodnie, nie zmieniając zupełnie swoich diet i nie ćwicząc. Okazało się, że w czasie trwania testu aż **89% z nich straciło na wadze do 5 kg** w czasie pierwszego tygodnia.

Po upływie 30 dni średni spadek wagi wynosił **10,91 kg**, a uczestnicy testu mieli niższy poziom złego cholesterolu. Ponadto osoby narzekające przed testem na bóle stawów, po jego zakończeniu odczuły ulgę. Kolejni uczestnicy wręcz prześcigali się w podawaniu korzyści zdrowotnych, jakie pojawiły się u nich dzięki metodzie: lepszy sen, wzmocniona odporność, przyrost

energii. W dodatku nikt z biorących udział w badaniu nie miał niedoboru niezbędnych witamin i minerałów i nie wykazywał żadnych skutków ubocznych działania metody.

Zdaniem eksperta

Metoda prof. Warda to nowość na rynku, ale już cieszy się ogromną popularnością. To nadzieja dla tysięcy kobiet i mężczyzn cierpiących w naszym kraju z powodu nadwagi. Nic dziwnego, że Polki już pokochały ten nowy sposób zrzucania kilogramów.

Agnieszka Mazur,
Specjalistka ds. zdrowego żywienia,
Warszawa

Co powoduje tak szybkie chudnięcie?

Oto, jak sekret swojej metody wyjaśnia jej twórca, prof. Daniel Ward:

„Wszystko, czego potrzebujemy do skutecznego odchudzania, znajdziemy w naturze. Yerba mate, czyli ostrokrzew paragwajski ma potężną moc odchudzającą. Jedynym problemem do tej pory była forma jej podania. Tradycyjne kapsułki nie zdają eg-

zaminu, ponieważ zamiast działać wprost na tkankę tłuszczową, trafiają najpierw do żołądka. W efekcie wchłaniają się jedynie w 5–7%, a ich odchudzająca moc jest zwyczajnie marnowana.

Dlatego z moim zespołem szukałem innych rozwiązań. Tak stworzyliśmy metodę transdermalną. Najsilniejsze naturalne składniki odchudzające zamknęliśmy w formie plastra. Gdy naklejasz plaster na ciało, wytwarza on ciepło, dzięki któremu składniki są stopniowo uwalniane do organizmu. Szybko przenikają skórę, dostają się do krwi i docierają do głębokich warstw tłuszczu. Tam błyskawicznie rozbijają komórki tłuszczowe, które wraz z toksynami są usuwane z organizmu. Dzięki temu spowolniony wcześniej metabolizm zostaje odblokowany i przyspieszony nawet o 150%!

! Dodatkowo dzięki metodzie transdermalnej składniki są równomiernie rozprowadzane. Nie jest tak, że jeśli nośisz plastry na brzuchu, pozbędziesz się tylko fałdek na brzuchu. Chudnie całe Twoje ciało, gdziekolwiek nakleisz plaster”.

1 plaster dziennie to gwarancja utraty wagi

Osiągnięcie takich wyników jest niezwykle proste. Wystarczy, że codziennie rano, zaraz po wstaniu z łóżka nakleisz plaster na ciało (na brzuch, ramię, plecy, udo – ważna jest Twoja wygoda). Noś go cały dzień i odklej następnego dnia rano. O niczym innym nie musisz myśleć. Już po 7 dniach stosowania będziesz lżejsza o około 3–5 kilogramów.

Po miesięcznej metodzie **będiesz ważyć 10–13 kg mniej i pozbędziesz się ok**

Ten plaster niszczy zbędną tłuszcz na całym ciele



„Odzyskałam kontrolę nad wagą i życiem”

„Uwierzysz, że z nadwagą walczyłam aż 17 lat?

Męczące diety, ćwiczenia... Nawet 3-dniowe głodówki nie przynosiły rezultatów. Byłam załamana. Zamiast chudnąć, tylko niszczyłam sobie zdrowie i szargałam nerwy. Nie wiem, jak by się to skończyło gdybym nie trafiła wreszcie na metodę prof. Warda.

Gdy nakleiłam na ramię pierwszy plaster, poczułam, że to przełom. Już po tygodniu ważyłam 4,5 kg mniej! Przez miesiąc schudłam 11 kg. Po następnych 6 tygodniach kolejne 10 kg. Wreszcie dzieci w szkole przestały wytykać mnie palcami na korytarzu i wyśmiewać się za moimi plecami. Odzyskałam pewność siebie i czuję się jak nowo narodzona”.

Monika W. (41 lat),
nauczycielka z Łodzi, schudła łącznie 21 kg

9–10% zbędnej tkanki tłuszczowej. Bez uszczerbku na zdrowiu. Bez wydawania pieniędzy na nieskuteczne diety i suplementy. Twój metabolizm zacznie działać w zgodzie z Twoim organizmem. Zapomnisz o zdrowotnych konsekwencjach nadwagi. Unormuje się poziom Twojego cholesterolu. Poczujesz przyrost energii. Będziesz się czuć lekko i zdrowo.

Transdermalna metoda prof. Warda jest dostępna wyłącznie w sprzedaży telefonicznej klubu rabatowego. Zamawianie jest bezpieczne, ponieważ nie trzeba wcześniej nic płacić – dopiero w momencie odbioru przesyłki. Dzięki specjalnemu dofinansowaniu uczestnictwa w klubie rabatowym pierwszy 100 osób może skorzystać z niego aż o 70% taniej. Decyduje kolejność zgłoszeń.

PROMOCJA KLUBU RABATOWEGO!

Pierwszym 100 osobom, które zadzwonią do **27 maja 2019 r.**, przysługuje **70% zniżki!** Otrzymasz wtedy transdermalną kurację odchudzającą prof. Warda za udział w klubie rabatowym zamiast za 525 zł, **tylko za 97 zł** (przesyłka GRATIS)!

Zadzwoń: 12 345 11 65

Pon.–pt. 8:00–21:00, sob. i niedz. 9:00–21:00
(Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)



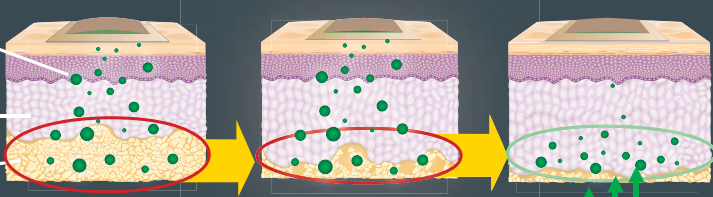
REKLAMOWANE W
TV

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

Regulamin: trmsdndtms-prvtplc.com

Tłuszcz znika w szalonym tempie – tracisz nawet 5 kg tygodniowo

Roślinna kompilacja antytłuszczowa
Głęboka warstwa skóry
Komórki tłuszczowe



Zalegające komórki tłuszczowe

Składniki roślinne rozbijają tłuszcz

Usunięty tłuszcz

Plaster naklejony na ciało uwalnia substancje odchudzające wprost do tkanki tłuszczowej, rozbijając ją i wydalając z organizmu. Nadmiar tłuszczu to bowiem nic innego jak toksyny, zalegające w organizmie i spowalniające nasz metabolizm. Dzięki plasterom Ty nic nie robisz, a Twoje ciało chudnie **przez 24 godziny na dobę**.

OPINIE

Czekamy na listy i komentarze
Nasz adres:
al. Niepodległości 25
65-042 Zielona Góra
Telefon dyżurny
68 324 88 18
@ar@gazetalubuska.pl



Dzisiaj dyżuruje
red. Ilona Burkowska

Z Facebooka GL
Jurek Owsiak apeluje do ministerstwa, by w szkołach wprowadzono osobne zajęcia z pierwszej pomocy. Co sądzicie o tym pomysłe? Resort powinien posłuchać szefa WOSP?

Jestem za. Dzieci szybko łapią, co się do nich mówi, a to w życiu im się przyda.

AGATA

Jestem za - w połączeniu z higieną osobistą, bo tej wiedzy brakuje sporej części społeczeństwa.

MAGDALENA

W szkole jest przedmiot edukacja dla bezpieczeństwa. Zakres nauczania obejmuje szeroko pojętą obronę cywilną. Podczas nauki uczniowie są także szkoleni w udziela-

niu pierwszej pomocy. Ale to dopiero w VIII klasie. Uważam, że trochę zbyt późno. W moim mieście już przedszkolaki mają organizowane takie zajęcia. Warto powtarzać to później rokrocznie dla przypomnienia i rozszerzając o nowe elementy.

MIRELLA

Oczywiście, że tak. Nawet wiem skąd wziąć część środków. Lekcje pierwszej pomocy powinny zastąpić religię.

MACIEJ

Powinna być. Niejednokrotnie okazuje się, że ktoś potrafi udzielić pomocy tylko dlatego, że gdzieś musiał się tego nauczyć.

SANDRA

Zamiast religii, podstaw przedsiębiorczości, wiedzy o kulturze, wiedzy o społeczeństwie i tym podobnym fikcyjnym przedmiotom.

MARCIN

Tylko kto miałby prowadzić te zajęcia? Wydaje mi się, że pierwsza pomoc to nie jest aż tak obszerny temat, żeby robić z niego przedmiot. Inna sprawa - jakby miały wyglądać te zajęcia bez fantomów i odpowiedniego sprzętu. Jeżeli tak, to musiałyby to być zrobione z głową, a w tej chwili nie widzę sensu robienia z tego przedmiotu. Oczywiście, pierwsza pomoc powinna być w szkole, ale na pewno nie jako przedmiot.

BARTOSZ

LISTY

Czekamy na listy od naszych Czytelników
Nasz adres:
al. Niepodległości 25
65-042 Zielona Góra

@ar@gazetalubuska.pl



Na listy czeka
red. Katarzyna Borek

Obywatelskie rozterki
Pedofilia trzęsie życiem społecznym i politycznym kraju. Przy każdym otwarciu internetu, gazety, radia, telewizora – leci to samo. Małolaci, zdenerwowani i stanowczy rodzice lub jacyś dobrzy, aktywni ludzie, którym bardzo zależy na dobru dziatwy, raczej nie przejmującej się katastroficznymi obrazkami seksualnego rozpasywania.
W tle – koniecznie książdz, coraz częściej duchowny z najwyższej półki. Wtedy z udziałem też tej rangi, „przewodnika duchowego”, temat pedofilii nabiera atrakcyjności.
Ciekawość obywateli wydaje się niezgłębiona.
Przybywa źródełsensacyjnych informacji. Nowe nazwiska ofiar tego obrzydliwego procederu.
Zniesmaczeni są przedstawiciele bodaj wszystkich grup zawodowych.
Gdzieniegdzie pokazują się, nawet z odsłoniętymi twarzami, nowe ofiary. Obrazki te – często starannie wyreżyserowane – wyglądają jakby specjalnie przygotowane tak przez stronę atakującą, jak i atakowaną.

Nie dziwota. Stawka idzie o autorytet we wszystkich środowiskach.
Pole bitwy zostało starannie przygotowane przez kontrowersje wokół gdańskiej plebanii oraz filmu Wojciecha Smarzowskiego „Kler” i filmu Tomasza Sekielskiego „Tylko nie mów nikomu”.
Niedawno burza przeszła przez media, z udziałem tłumów ludzi wyrażających oburzenie z powodu niepokojącego upadku moralności, dla zapewnienia zdrow-

szych stosunków międzyludzkich.
Dopiero co przycichły „aferalne” sygnały ze Srebrnej.
Rząd działa w pośpiechu i nie ma się co dziwić. Politycy, wyborcy, chcą kuć żelazo póki gorące.
Trzeba wytrzymać bieżące problemy i ugrać coś na przyszłość – wielu sądzi.
Brakuje czasu, by zająć się odpowiednio sprawą wyborów. Jak by mało było kłopotów, jeszcze D. Tusk ze swoimi problemami europejskimi i – w równej mierze – problemami krajowymi. Bardzo dokuczliwą kwestią okazała się próba reformy oświaty. Rząd nie chce iść na ustępstwa.
Finisz konfliktu z ZNP, ze środowiskiem nauczycielskim, odłożono na po wakacjach.
Zwodnicze okazały się spekulacje nad spadającym zainteresowaniem praktykami religijnymi. Osób wątpliwych przybywa... W telewizji, w mediach, różnych, wśród person występujących publicznie, pełno jest przyjaciół spod znaku religii.
Wiele grozą, mimo wszystko, gdy się słyszy o zaostreniu kar - więzienia do lat trzydziestu, jak za większe przestępstwo.
Rozumiejąc intencje twórców prawa jednym wspomnę, że między najcięższą zbrodnią, a aktem dokonanym przez pedofila jest „odległość moralna”. Trzydzieści lat za kratami – to brzmi przerażająco, też – z dozą okrucieństwa, nawet w odbiorze obserwatora tylko.
W ten sposób jest szybko i efektownie, ale czy skutecznie?
Chyba dotychczasowe możliwości karania są dostatecznie surowe; szkopał tylko w mądrości ich stosowania. Medialny błysk przemienie, a rzeczywistość zostanie.
Może Kościół by był mniej grzeszny, jeśliby zrezygnował z celibatu i konfesjonału? Może zwołać synod...
Papieżowi Franciszkowi przypadło...
Utarł się już zwyczaj, że prawie każda dostojność występująca publicznie zaczyna swój głos od deklaracji typu: „Wyznam, iż jestem katolikiem. Krytykuję, ale to nie znaczy, że podnoszę rękę na Kościół”.
Można mieć dużo pewności, że w takiej atmosferze klimat religij-

ności się utrzyma. Miliony oglądających... Na przykład wspomniane wyżej filmy podzielać mogą na wiernych - pozytywnie, oczyszczająco.
To ogromna popularyzacja życia duchowego w ogóle. Filozofia polityczna obłączonej twierdzy ma szansę się sprawdzić. Przed nami – za parę dni – próba obywatelskiej szczerości.

STANISŁAW TUROWSKI

Zanim wejdiesz na pasy, włącz myślenie

Wiem, że ten temat już staje się nudny, ale chodzi mi o ostrożność pieszych podczas przechodzenia przez jezdnię. W ubiegłym tygodniu miałem taką sytuację, że na przejściu dla pieszych na os. Pomorskim samochód o mało nie potrącił trzech nastolatkę, które śmiejąc się i krzycząc, wtargnęły na jezdnię. Wracalem akurat z zakupów i serce stanęło mi w gardle, gdy zobaczyłem tę sytuację. Gdyby nie refleks i przytomność kierowcy, nie wiem, jak by się to skończyło.
Starsi na przejściach to jeszcze uważają, ale z młodzieżą bywa różnie, bo oni myślą, że są nieśmiertelni. A takie myślenie często prowadzi do tragedii. Gdyby to ode mnie zależało, to bym ustawił przy szkołach policję i dawał wysokie mandaty wszystkim niefrasobliwym dzieciakom. One nie zdają sobie sprawy z tego, że mogą zrobić krzywdę sobie i komuś! Jedna solidna kara, raz na zawsze nauczyłaby je myśleć.

ANTONI
z Zielonej Góry

Drodzy Czytelnicy,
Jeśli i Wy macie coś ciekawego do powiedzenia - podzielcie się z nami tym, co was porusza, interesuje czy złości. Piszcie o tym, co dla Was ważne, co Was dziwi i zachwyca. Prosimy, abyście podpisywali listy, które do nas wysyłacie imieniem, nazwiskiem i podawali w nich swój numer telefonu. Jeśli będzie taka potrzeba, ułatwiam to kontakt z Wami. Oczywiście, swoje dane możecie zastrzec tylko do wiadomości redakcji i wtedy nie ukażą się one w gazecie. Możecie wysłać maile albo korzystać z poczty tradycyjnej.

INFORMATOR

Ważne telefony

pogotowie ratunkowe 999; **policja** 997; **policjyny telefon zaufania** 95 722 70 57, 800 162 616; **straż pożarna** 998; **pogotowie energetyczne** 991; **pogotowie gazownicze** 992; **pogotowie ciepłownicze** 993; **PKS** 703 403 357, 703 402 802; **PKP** 703 202 020, 118 000, 19 757; **straż miejska Zielona Góra** 602 162 203, 68 415 10 60; **Gorzów Wlkp.** 95 735 57 28.

Szpitala

Barlinek 95 746 18 10; **Dębno** 95 760 20 63; **Głogów** 76 837 32 11; **Gorzów Wlkp.** 95 733 12 00; **Gubin** 68 419 75 90; **Kostrzyn nad Odrą** 41 240 19 00; **Krosno Odrz.** 68 419 75 81; **Międzyrzecz** 95 742 82 81; **Nowa Sól** 68 388 21 00; **Ślubice** 95 758 20 71; **Sulechów** 68 385 20 71; **Sulęcín** 95 755 24 31; **Świebodzin** 68 456 40 00; **Szprotawa** 68 376 22 05; **Torzyn** 68 341 30 72; **Wolsztyn** 68 347 73 00; **Wschowa** 65 540 27 61; **Zielona Góra** 68 329 62 00; **Poliklinika** 68 452 77 78; **URO-MEDIC** 68 452 41 11; **Hospicjum domowe** 68 325 43 33; **Żary Szpital na Wyspie** 68 475 76 00, **105. Kresowy Szpital Wojskowy** 68 470 78 10; **Żagań** 68 477 12 02.

Apteki dyżurne

Gorzów Wlkp., Ul. Londyńska 5, tel. 95 7835235; **Gubin**, ul. Kossaka 1, tel. 68 454 26 59, **Krosno Odrz.**, ul. Poznańska 19/3, 68 383 38 59, **Nowa Sól**, os. Konstytucji 3 Maja 5, 68 356 44 77 (cała doba); **Strzelce Kraj.**, ul. Chrobrego 6, **Sulechów**, ul. Jana Pawła II 12, tel. 68 458 26 66; **Świebodzin**, ul. Sulechowska 8, tel. 68 382 61 42; **Zielona Góra**, ul. Sulechowska 4a, tel. 68 324 76 07; **Żary**, ul. Lotników 16 (całodobowa) 68 363 10 83.

Repertuar kin

Zielona Góra

Cinema City: Avengers: Koniec gry: 3D dub.: 10:40, 14:20, 18:00; 2D dub.: 12.10, 15.50, 19.30, napisy: 14.50, 16.40, 20.30; Dumbo: 10:00; John Wick 3: 11:30, 14:15, 17:00, 19:45, 22:30; Kraina cudów: 11:10, 13:10, 15:10, 17:10; Let's dance: 12:30, 18:40, 21:40; Manu. Bądź sobą!: 10:10; Mia i biały lew: 11:20; Niedobrani: 13:30, 20:50; Podły, okrutny, zły: 18:30, 21:10; Podwójne życie: 11:50, 16:40, 19:00; Paziomek: 11:10, 13:20; Słodki koniec dnia: 12:20, 21:50; Smełtarz dla zwierzaków: 15:30; Tolkien: 14:10, 17:40, 21:20; Topielisko. Kłątwa La Llorony: 14:30, 20:10, 22:20; Trzy kroki od siebie: 10:00, 16:00, 19:10.
Kino Nowa: Maksymiuk. Koncert na dwoje: 18:00, Dzika grusza: 19:15.
Gorzów Wlkp.

Helios: Wilkołak (kino konesera): 18.30; Kraina cudów: 10.15, 14.30, 17.30; John Wick 3: 15.15, 19.30, 20.45; Avengers: Koniec gry: 11.30, 20.15; (dub.) 10.00, 13.45; Topielisko. Kłątwa La Llorony: 11.00, 18.00; Słodki koniec dnia: 12.15; Niedobrani: 15.45, 21.30; Trzy kroki od siebie: 16.30, 19.00; Smełtarz dla zwierzaków: 13.15.
Cinema 3D: John Wick 3: 11.00, 13.45, 17.00, 19.15, 22.00; Let's Dance: 13.00, 18.00; Tolkien: 15.45, 18.15; Kraina cudów: 10.15, 12.30, 15.00, 17.15; Niedobrani: 15.15, 19.45; Podły, okrutny, zły: 21.30; Topielisko. Kłątwa La Llorony: 13.45, 20.15, 22.30; Trzy kroki od siebie: 11.15, 16.30, 19.00; Słodki koniec dnia: 22.15; Paziomek: 10.45; Avengers: Koniec gry: 13.30, 20.45; (dub.) 10.00.

INFORMACJE PŁATNE

TAKSÓWKI

Zielona Góra osobowe: **Bacchus Taxi** 19525, 68-3263266; **Bis Taxi** 19191, 68-3262919; **City-Bacchus-Taxi** 19622, 19626; **Hallo Taxi** 19625, 68-3253000; **Taxi Czerwone Koguty** 19629, 800208300, 607208300

ZDJĘCIA CZYTELNIKÓW



Świat pomalowany na żółto i na niebiesko? Proszę bardzo! Takie piękne barwy tylko w ogródku pani Grażyny z Kalska koło Międzyrzecza.



Fotkę wygrzewającej się w promieniach słońca jaszczurce wykonała nasza stała czytelniczka Natalia. Zdjęcia wysyłajcie na adres: ar@gazetalubuska.pl

W Krakowie przyszły na świat pierwsze w kraju sześcioraczki

Iwona Krzywda
iwona.krzywda@polskapress.pl



Spoleczeństwo

Nela, Kaja, Zosia, Malwina, Tymon i Filip - takie imiona noszą sześcioraczki, które w poniedziałek przyszły na świat w krakowskim Szpitalu Uniwersyteckim. To pierwszy tego rodzaju przypadek w Polsce.

- Oczekiwaliśmy piątki dzieci - przyznaje Szymon Marzec, szczęśliwy tata sześcioraczek. Podczas badań poprzedzających poród Malwinka skutecznie „schowała się” bowiem przed lekarzami, którzy o jej istnieniu dowiedzieli się dopiero w trakcie porodu. - Kiedy okazało się, że to jednak sześcioraczki, rozpląkałem się. Nie wstydę się tego powiedzieć. Towarzyszyły mi ogromne emocje, nerwy stres, adrenalina. Miałem ochotę wbiec na salę i przytulić znowu, dla której informacja o szóstym dziecku też była zaskoczeniem. Cieszymy się niezmiennie, będziemy je bardzo kochać, ale potrzebujemy teraz dużo spokoju i pomocy - opowiada Pan Szymon.

Rodzeństwo - Nela, Kaja, Zosia, Malwina, Tymon i Filip - przyszło na świat w poniedziałek przed południem w krakowskim Szpitalu Uniwersyteckim. Mama sześcioraczek Klaudia Marzec już od kilku tygodni prze-



FOT. ANDRZEJ BANAS

Neonatolodzy odpowiadający za opiekę nad sześcioraczkami oceniają, że będą one musiały spędzić w szpitalu ok. 3 miesiące

MNOGIE CIĄŻE

HISTORYCZNE SZEŚCIORACZKI

Ze statystyk wynika, że sześcioraczki rodzą się zaledwie raz na 4,7 mld przypadków, a takie ciężże wyjątkowo ciężko doprowadzić do szczęśliwego finału. Do tej pory w Polsce nie zdarzały się tak mnogie porody. Rekordzistami były pięcioraczki. Pięciokrotnie szczęście spotkało m.in. rodziców z Kielc. Ich córki - Natalia, Julia, Oliwia, Karolina i Maja - przyszły na świat w krakowskim Szpitalu Uniwersyteckim wiosną 2008 roku.

bywała pod opieką uniwersyteckich specjalistów, ci robili jednak wszystko, by do rozwiązania ciąży doszło jak najpóźniej, a dzieci miały jak najwięcej czasu na prawidłowy rozwój. Ostatecznie zespół neonatologów i położników zdecydował się na przeprowadzenie cesarskiego cięcia w 29. tygodniu ciąży.

Jak informują lekarze, stan wyjątkowych maluchów jest zadowalający. Najmniejsze z dzieci waży 890 gramów, największe 1300 gramów. Sześcioraczki zaraz po urodzeniu trafiły do inkubatorów. Uniwersyteccy specjaliści są pozytywnie zaskoczeni ich formą, choć jak przyznają, rodzeństwo - co typowe dla wcześniaków z niewielką wagą urodzeniową - ma cechy niedorozwoju układu oddechowego oraz ośrodkowego układu ner-

wowego. Wszystkie maluchy oddychają już jednak bez wsparcia respiratorów, a neonatolodzy liczą, że szybko uda się uruchomić również ich przewody pokarmowe. Zanim dzieci będą mogły opuścić szpital, minie jednak kilkanaście tygodni. - Liczymy, że uda nam się uzyskać samodzielność pozwalającą na wypis do domu w momencie, kiedy dzieci będą miały 2,5-3 miesiąca - mówi prof. dr hab. med. Ryszard Lauterbach, kierownik oddziału klinicznego neonatologii Szpitala Uniwersyteckiego.

Do zdrowia po trudnym porodzie wraca również mama sześcioraczek. Szczęśliwi rodzice na co dzień mieszkają w Tyłmanowej (pow. nowotarski). Są małżeństwem od czterech lat i mają już 2,5-letniego synka, który wczoraj poznał swoje nowe rodzeństwo. - Wnuś - mówi o nich „moje dziadziusię” - opowiada Zofia Kołodziejczyk, babcia maluchów. - Bliźniaki pojawiały się w rodzinie z jednej i z drugiej strony, ale sześcioraczki to prawdziwy cud. Cieszymy się, że są w dobrej formie i zrobimy wszystko, żeby pomóc w ich wychowaniu - dodaje.

Wiadomość o pierwszych w historii polskich sześcioraczkach zelektryzowała cały kraj. Gratulacje rodzicom złożył m.in. prezydent Andrzej Duda, a specjalne wyprawki maluchom przekazał m.in. prezydent Krakowa Jacek Majchrowski.

©P

PO: Czas na akcję „Czyste ręce”. Premier: Nie mam nic do ukrycia

Warszawa

Jakub Oworuszko
jakub.oworuszko@polskapress.pl

- Małżonkowie najważniejszych osób w państwie powinni składać oświadczenia majątkowe - stwierdził we wtorek przewodniczący PO Grzegorz Schetyna. Jego partia przygotowała w tej sprawie projekt ustawy „Czyste ręce” i chce, by jeszcze w tym tygodniu odbyło się dodatkowe posiedzenie Sejmu.

- Mówimy sprawdzam - mówił Grzegorz Schetyna. - Pojawiły się poważne zarzuty adresowane pod adresem premiera RP. Jesteśmy świadkami informacji, które bulwersują. To kwestia oświadczenia majątkowego, zakupu ziemi, przekazania go żonie przed dokonaniem rozdzielności majątkowej, wreszcie niezgłoszenie tego w oświadczeniu majątkowym. Rzeczą dotyczy premiera - podkreśla lider PO.

- Dlatego uważamy, że trzeba w tej sytuacji reagować, podjąć twarde decyzje i to jest wyzwanie dla klasy politycznej. Apeluję do prezesa Kaczyńskiego, żebyśmy wspólnie tę sprawę jednoznacznie rozstrzygnęli. Składamy projekt ustawy „Czyste ręce”. Ona ma dotyczyć takich spraw i ma wyjaśnić niejasności w takich sprawach, w jakich spotkaliśmy się w wypadku premiera Morawieckiego. Chodzi o to, że współmałżonkowie najważniejszych osób w państwie mu-

szą także składać oświadczenia majątkowe. Nie może być tak, że będziemy tolerowali, że inwestycje, wydawane pieniądze będą poza wiedzą publiczną, a dotyczyć będą rodzin najważniejszych osób w państwie. Te zapisy dotyczą prezydenta, premiera, ministrów polskiego rządu, prezydium Sejmu i Senatu - podsumował.

Po posiedzeniu rządu premier nie unikał odpowiedzi na pytania dotyczące majątku.

- Oczywiście tutaj absolutnie nie mamy nic do ukrycia. Bardzo chętnie przywitabym też takie zmiany, regulacje, żeby cały majątek, również współmałżonków był prezentowany - przyznał we wtorek premier Mateusz Morawiecki.

Z kolei prezes PiS Jarosław Kaczyński zaproponował uchwalenie ustawy dotyczącej ujawnienia majątków i źródeł ich pochodzenia m.in. małżonków osób rządzących oraz ich dzieci. - To powinno dotyczyć posłów, członków rządu, wojewodów, wicewojewództw, marszałków - podsumował prezes PiS. Partia zapewne zgłosi swój projekt.

Tymczasem Iwona Morawiecka pozwała gazetę za poniedziałkowy artykuł i jednocześnie zapowiedziała, że jeśli gmina Wrocław zechce wybudować na jej działce drogę, to sprzeda nieruchomości za cenę zakupu, a uzyskane pieniądze przeznaczy na cele charytatywne. ©P

Premier: Pedofilię trzeba wypalić żelazem

Warszawa

Leszek Rudziński
leszek.rudzinski@polskapress.pl

Rząd zajął się tematem powołania państwowej komisji badającej przypadki seksualnego wykorzystywania nieletnich.

- Nie ma żadnych osób, które mogą unikać odpowiedzialności, jeśli chodzi o pedofilię. W każdym stadzie mogą wystąpić czarne owce, ale muszą być one wykryte i wyeliminowane - przekonywał po posiedzeniu premier Mateusz Morawiecki.

Premier zapewniał, że rząd PiS jest „gwarantem bezpieczeństwa, również fizycznego, dzieci i rodzin”. Komisja ma objąć wszystkich - nie wykluczając Kościoła i duchownych oraz wszystkie środowiska naukowe i nauczycielskie - a także wszystkie instytucje, gdzie jest kontakt z dziećmi. - Nie chcę ni-

kogo stygmatyzować, ale statystycznie zdarza się to. Takie przypadki trzeba wypalić żelazem - mówił Morawiecki.

Premier podkreślił, że „trzeba uniknąć tuszowania pedofilii”. - My, zmieniając kodeks karny, zmieniliśmy tak zapisy, że nakazują informowanie o tym, nie można milczeć w takich sprawach - mówił.

Do prac komisji zaprosił przedstawicieli opozycji. - Chcemy, by miała ona formułę otwartą i nie rozmywała tematu. Aby zidentyfikowała słabe miejsca systemu, gdzie pedofilia występuje. Nie ma żadnych osób, które mogą unikać odpowiedzialności. W każdym stadzie mogą wystąpić czarne owce, ale muszą być one wykryte i wyeliminowane - tłumaczył.

Pierwsze propozycje zmian zaostrzające kary zapowiedziano chwilę po premierze filmu Sekielskich. ©P

Toruń

Scheuring-Wielgus broni psy, a swoje oddała do schroniska

Posłanka Joanna Scheuring-Wielgus, kandydatka Wiosny w wyborach do Parlamentu Europejskiego, oddała dwa lata temu swoje dwa psy do schroniska. Po pewnym czasie pod tym samym schroniskiem walczyła o dobro zwierząt - podała „Fakt”. - Musieliśmy oddać psy, bo mam alergię - zapewnia posłanka. (AIP)

Chojnice

Zespół Vader nie zagra w mieście

Zespół Vader, który miał być największą gwiazdą czerwcowego festiwalu InterTony, cyklicznie organizowanego w Chojnicach - nie zaprezentuje się na scenie podczas tego wydarzenia. To efekt protestu ze strony Akcji Katolickiej. Arseniusz Finster, wieloletni burmistrz Chojnic, tłumaczy, że nie jest cenzorem twórczości zespołu. Podkreślił, że muzycy mogą sobie występować, jeśli ich koncert nie zostanie sfinansowany z pieniędzy miasta. (AIP)

ATOPROMOCJA

019088091

O ile zmieniły się ceny aut?

Czy wszystkie auta w ciągu ostatnich czterech lat zdrożały?



NOWY NUMER

magazyn mobilnego mężczyzny
MOTOsalon

Pytaj w kioskach i salonach prasowych

UWAGA

Instrukcja

W jaki sposób zostać dawcą szpiku?**Wystarczy się zarejestrować do bazy**

Rejestrem, który łączy potencjalnych dawców z biorcami, jest baza dawców szpiku. Istnieje kilka takich baz, a najpopularniejszą jest baza fundacji DKMS. Można również zgłosić się do swojego Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwioleczenia. Na miejscu przyszły dawca szpiku zostaje poproszony o wypełnienie formularza oraz deklaracji woli. Następnie pobiera się dwie próbki krwi, by zbadać antygeny HLA (potrzebne do ustalenia zgodności genetycznej z biorcą). Aby zarejestrować się przez internet, wystarczy wejść na stronę fundacji DKMS i wypełnić formularz rejestracyjny. Potencjalni dawcy szpiku są w nim pytani jedynie o wiek, wagę, wzrost, obywatelstwo oraz o to, czy są zarejestrowani w innej bazie. Następnie podają swoje dane kontaktowe, a fundacja przesyła pocztą pakiet rejestracyjny – formularz, materiały informacyjne, instrukcję pobrania wymazu z jamy ustnej oraz dwie pałeczki służące do pobrania. Materiał z wymazu należy odesłać wraz z wypełnionymi dokumentami na adres fundacji. Teraz wystarczy już tylko czekać na potwierdzenie rejestracji oraz kartę dawcy. Osoba, która zarejestrowała się jako dawca, musi być świadoma swojego zobowiązania. W każdej chwili może dowiedzieć się, że ktoś czeka na jej komórki macierzyste. Oczywiście, może prowadzić zwykłe życie, pamiętając jednak, by aktualizować dane kontaktowe w bazie.

Dawca szpiku - kto może nim zostać i w jaki sposób?

Dawca szpiku jest niekiedy jedynym ratunkiem dla pacjentów z groźnymi chorobami układu krwionośnego i chłonnego. **Warto dać innym szansę na zdrowie i życie**



W niektórych przypadkach dawcą może być osoba z najbliższej rodziny

Dawca szpiku

Dawcą szpiku może zostać każda osoba o dobrym stanie zdrowia, w przedziale wiekowym od 18 do 50 lat. Szpik pobiera się z talerza kości biodrowej, a cała procedura jest bezbolesna. Osoby, które decydują się na oddanie szpiku, mogą uratować życie zmagającym się między innymi z białaczką, chłoniakiem i ziarnicą złośliwą.

Dawca szpiku jest niekiedy jedynym ratunkiem dla pacjentów z groźnymi chorobami

układu krwionośnego i chłonnego. W niektórych przypadkach dawcą może być osoba z najbliższej rodziny (rodzice, rodzeństwo). Niestety, jak pokazują statystyki, zgodność z bratem lub siostrą niekiedy, wynosi zaledwie 25 procent. Wówczas można skorzystać z pomocy dawców alternatywnych – osób, które zgłosiły się dobrowolnie i pozostają w gotowości, by bezpłatnie i anonimowo oddać szpik kostny, a dokładnej krwiotwórcze komórki macierzyste. Bazy dawców szpiku mają charakter międzynarodowy, co w praktyce oznacza, że szpik oddany w Polsce, może trafić do potrzebującego na drugim krańcu świata. Warto też wspomnieć, że dawca szpiku kostnego posiada pewne przywileje. Osoba posiadająca odznakę Dawcy Przeszczepu (jednokrotnie oddała komórki macierzyste) ma prawo po za kolejnością korzystać z ambulatoryjnej opieki medycznej. Zasłużony Dawca Przeszczepu (więcej niż jedno pobranie) otrzymuje oprócz tego bezpłatne leki podstawowe i uzupełniające.

Dawca szpiku - kto może nim zostać?

Oddać szpik mogą osoby pomiędzy 18. a 55. rokiem życia. Dawca szpiku musi ważyć ponad 50 kilogramów i nie może mieć znacznej nadwagi (BMI poniżej 40). Preferuje się dawców w wieku od 18 do 30 lat, ponieważ od rejestracji w bazie do oddania szpiku kostnego może upłynąć nawet kilka lub kilkanaście lat. Oczywiście nie oznacza to, że osoba w wieku 45 lat nie powinna się rejestrować. Potrzebujący chory może z równym prawdopodobieństwem znaleźć się w ciągu tygodnia od rejestracji.

Szpik kostny - kto nie może zostać dawcą?

Wytyczne dotyczące przeciwwskazań wydała Światowa Organizacja Dawców Szpiku. Oddanie szpiku nie jest możliwe w przypadku osób:

- Z chorobami układu sercowo-naczyniowego.
- Z przebytymi i czynnymi chorobami nowotworowymi (wyjątek to wyleczony miejscowy rak szyjki macicy).
- Z chorobami zakaźnymi (zwłaszcza HCV, HIV, WZW typu B i C).
- Po transplantacjach (z wyjątkiem wykorzystania tworzyw sztucznych oraz tkanek własnych).
- Z chorobami autoimmunologicznymi (wyjątki do konsultacji - zapalenie tarczycy Hashimoto, łuszczyca, AZS).

- Z chorobami neurologicznymi.
- Z chorobami krwi i szpiku (wyjątki do konsultacji - anemia niedoborowa, małopłytkowość w dzieciństwie, umiarkowane zaburzenia w morfologii).
- Z zaburzeniami psychicznymi (wyjątki do konsultacji - depresja, neurastenia).
- Z chorobami endokrynologicznymi (wyjątki do konsultacji - niedoczynność tarczycy, zespół policystycznych jajników, insulinooporność, leczenie hormonem wzrostu w przeszłości, hiperprolaktynemia).
- Chorujące na: wielotorbielowatość nerek, jaskrę, osteoporozę.
- Po przebytych: wielokrotnych operacjach w znieczuleniu miejscowym, urazach wielonarządowych.

WAŻNE

KOMU URATUJESZ ŻYCIE?

Dawca szpiku kostnego może uratować życie osobom chorym na:

- ostre białaczki
- przewlekłe białaczki szpikowe i zespoły mieloproliferacyjne
- chłoniaki
- ziarnicę złośliwą
- niektóre anemie
- wrodzone niedobory odporności i choroby metaboliczne
- ciężkie schorzenia autoimmunologiczne.

Dieta IF - naprzemiennie posty. Najlepszy sposób na szybką utratę wagi

Odchudzasz się tylko kilka razy w tygodniu, a tracisz kilogramy jak na zwykłej diecie - czy to w ogóle możliwe? **Tak, ta metoda to dieta IF**

Dieta

Anna Rokicka-Żuk
internet@echodnia.eu

Stosowanie diety IF to nic innego, jak regularne niedojadanie, które powoduje w organizmie deficyt kalorii.

Jeżeli dwa razy w tygodniu zapewni tylko 500 kilokalorii, to względem normalnej diety 2000 kilokalorii deficyt energii wyniesie 1500 kilokalorii dziennie i 3 tysiące kilokalorii na tydzień. To tak, jakby każdego dnia spożywać ponad 400 kilokalorii mniej, a jest to ilość, która uruchamia sprawne chudnięcie, zwłaszcza że jednocześnie poprawia się metabolizm. Takie odchudzanie 2 razy w tygodniu to tylko jedna z wersji diety naprzemiennie - istnieje też metoda 16/8, w której posiłki można spożywać przez 8 godzin dziennie, a przez 16 godzin się pości, czy mniej wygodna metoda 6:1, gdzie ścisły post trwa 24 godziny. Jest też metoda 1:1, w której co drugi dzień w tygodniu spożywa się jedynie 500 kcal.

WAŻNE

DIETA IF - CO TO WŁAŚCIWIE JEST?

Dieta IF to skrót od określenia naprzemiennych postów (intermittent fasting), bo właśnie na ich działaniu opiera się skuteczność tej metody. Nie oznacza to jednak konieczności stosowania ścisłej głodówki, choć istnieją i takie wersje diety. Większość z opracowanych metod wymaga ograniczenia spożycia kalorii tylko w wybrane dni co najmniej dwa razy w tygodniu, przy czym schemat menu można zmieniać, by dopasować je do własnych potrzeb.



Dieta IF wywołuje podobne efekty do tych, jakie zapewnia dłuższa głodówka

Efekty tych kuracji są uzależnione od niedoboru kalorii, jaki powodują każdego tygodnia.

Zalety naprzemiennych postów

Dieta IF wywołuje podobne efekty do tych, jakie zapewnia dłuższa głodówka, ale bez jej niekorzystnego wpływu na organizm, które dotyczą między innymi układu trawienia. Oprócz bezsprzecznych zalet praktycznych tej diety, do których należą minimalne restrykcje, elastyczność, prostota zasad i brak poczucia deprywacji, warto też docenić korzyści zdrowotne jej stosowania.

Utrata nadwagi - zbadano, że na diecie w rytmie 5:2 (5 dni normalnych i 2 postne) można zrzucić: w 1 dzień postny: 0,5 kilograma (razem z wodą traconą z organizmu), w 5 tygodni: 0,3 kilograma tkanki tłuszczowej, a w 10 tygodni: 5 kilogramów tłuszczu. W okresie 3-24 tygodni na diecie IF można stracić 3-8 procent wyjściowej masy ciała.

Nasilone spalanie tłuszczu - dieta 5:2 powoduje nawet 5-krotnie większe wydzielanie hormonu wzrostu, przez co pozwala zrzucić nawet dwa razy więcej tkanki tłuszczowej niż inne diety.

Oszczędza przy tym tkankę mięśniową, dzięki czemu umożliwia utrzymanie wysokiego tempa metabolizmu i jędrniejszego ciała po odchudzaniu.

Wyszczuplenie brzucha - według przeglądu badań poświęconych diecie IF uruchamia ona spalanie szkodliwego metabolicznie tłuszczu trzewnego, dzięki czemu przez 3-24 tygodni można stracić 4-7 procent obwodu brzucha.

„Reset” metabolizmu - dieta IF powoduje spadek we krwi poziomu cholesterolu LDL, trójglicerydów, poziomu glukozy (o 3-6 procent), insuliny na czczo (o 3-6 procent) i białka C-reaktywnego, a także zwiększa wrażliwość komórek na insulinę.

Uruchomienie procesów autofagocytosis, czyli oczyszczania organizmu ze starych komórek czy złogów białkowych, których obecność jest związana z procesami zapalnymi.

Aktywacja genów długowieczności, które spowalniają procesy starzenia się organizmu i przeciwdziałają rozwojowi chorób cywilizacyjnych, takich jak cukrzyca czy rak.

Usprawnienie pracy mózgu, m.in. procesów uczenia się i zapamiętywania, a także ochrona

przed neurodegeneracją, dzięki zwiększeniu wydzielania czynnika mózgowego BDNF.

Poprawa samopoczucia i nastroju dzięki działaniu antydepresyjnemu diety.

Jak to działa?

Dlaczego dieta IF w ogóle działa? Wydawałoby się, że w dni wolne od ograniczeń jej użytkownicy rzucają się na jedzenie - nie ma przecież żadnych zakazów.

W rzeczywistości jest tak, że „posty” powodują obkurczenie żołądka i mniejsze wydzielanie hormonów głodu. Zbadano, że w normalne dni diety uczestnicy spożywali jedynie o 10-15 procent energii więcej niż wynosiła norma, a dawka ta nie miała wpływu na efekty odchudzania. A nawet jeśli niektórzy się objadali, po 2-4 tygodniach ich nawyki się stabilizowały. Aby ułatwić kontrolę apetytu, dni postne diety IF najlepiej zaplanować w pracującej części tygodnia, gdy czas płynie szybciej i trudniej o pokusy kulinarne.

W pozostałe dni warto jeść rozsądnie, wybierać naturalne produkty, ograniczyć spożycie tłuszczu, a zwiększyć dawki białka - wtedy dieta zadziała najlepiej.

KWESTIA ZDROWIA

Ważne. Kto może stosować dietę IF? Nie jest wskazana w kilku konkretnych przypadkach

Dieta IF nadaje się dla wszystkich, którzy w ogóle mogą się odchudzać - z zasady nie powinni stosować jej kobiety w ciąży i karmiące piersią, a także osoby, które nie mają nadwagi. Nie jest wskazana w przypadku zaburzeń odżywiania. Po konsultacji z lekarzem można stosować ją w przypadku nadwagi i otyłości u dzieci, a także u osób z chorobami metabolicznymi, np. cukrzycą, niskim ciśnieniem tętniczym, przyjmujących leki. Dieta IF nie wyklucza aktywności fizycznej, ale

jest ona zalecana jedynie w dni wolne od ograniczeń. Wyniki badań sugerują przy tym, że dieta IF zapewnia lepsze efekty w przypadku mężczyzn, a zbyt drastyczne ograniczenie kalorii u kobiet wpływa niekorzystnie na cykl hormonalny i może pogarszać regulację poziomu cukru we krwi. Zaleca się więc, by panie wybierały łagodniejsze odmiany diety, a w razie starań o dziecko (lub trudności z zająciem w ciąży) wybrały inną metodę odchudzania.



FOT. 123RF

DIETA

Ciekawostki. Jadłospis diety IF - w zwykłe dni nie trzeba ograniczać kalorii i można jeść normalnie

Do najbardziej znanych w Polsce diet typu IF należy dieta 5:2 w wersji opracowanej przez dr. Michaela Mosleya. Polega na spożywaniu jedynie 25 procent normalnej dawki kalorii na dobę w ramach 2 posiłków w dwa wybrane, następujące po sobie dni tygodnia. Dla kobiet dawka ta wynosi ok. 500 kcal, a dla mężczyzn 600 kcal. Co jednak ważne, między kolacją poprzedniego dnia a „postnym” śniadaniem powinno upłynąć minimum 12-16 godzin. W zwykłe dni nie trzeba ograniczać kalorii i można spożywać zwyczajowe posiłki, choć oczywiście wybór tych lżejszych i mniej obfitych przełoży się na lepsze efekty odchudzania. Co więc jeść w dni diety? Polecamy przykładowe menu na 7 tygodni diety, zaproponowane przez doktora Mosleya, które składa się z późnego śniadania i lekkiej kolacji, choć można też je połączyć w jeden większy posiłek dziennie, spożywany zaraz po wstaniu z łóżka lub przed pójściem spać. Przysilnym głodzie można sięgnąć po przegryzkę, np. surową marchewkę czy jabłko, ale większe przekąski są niewskazane.

Tydzień 1. - śniadanie: jajecznica z wędzonym łosem; kolacja: pieczone warzywa i owoc.

Tydzień 2. - śniadanie: twarożek, pokrojona gruszka i świeża figa; kolacja: sashimi z łososiem i tuńczykiem z sosem sojowym i wasabi, marynowany imbir, mandarynka.

Tydzień 3. - śniadanie: jajko na miękko i 1/2 grejpfruta; kolacja: chili wegetariańskie z brązowym ryżem.

Tydzień 4. - śniadanie: jajko ugotowane na twardo, jabłko i mango; kolacja: sałatka z tuńczykiem w sosie własnym, biała fasola i sosem czosnkowym.

Tydzień 5. - śniadanie: płatki owsiane ze świeżymi borówkami; kolacja: obsmażany kurczak w sosie chińskim i mandarynka.

Tydzień 6. - śniadanie: jajko ugotowane na miękko, plasterki gotowanej szynki i owoc; kolacja: pizza wegetariańska.

Tydzień 7. - śniadanie 7: łosoś wędzony i żytni krakers posmarowany niskotłuszczowym serkiem; kolacja: sałatka.

POLECANE

Roślinne alternatywy dla mleka
Jest czym zastąpić wykluczone z naszej diety mleko krowie

Przy wykluczeniu z diety mleka krowiego można je zastąpić jednym z roślinnych zamienników. Warto jednak pamiętać, że większość takich mleczek zawiera poniżej 0,5-1 proc. białka, a jeśli jest źródłem witamin A i D, są to składniki dodane - najczęściej razem z zagęstnikami, związkami słodzącymi i substancjami, które działają niekorzystnie na organizm (jak na przykład fosforany). Warto wybierać napoje z możliwie krótkim składem. Najłatwiej dostępne są:

MLECZKO SOJOWE. Jako jedyne mleczko roślinne ma skład zbliżony do krowiego, tj. zawiera podobne ilości białka, tłuszczu i węglowodanów. Białko sojowe ma wysoką jakość, a towarzyszące mu izoflawony wspomagają gospodarkę hormonalną w organizmie. Spożywana w umiarkowanej ilości soja jest korzystna dla osób zdrowych, ale nie zaleca się jej przy alergii na soję i zespole jelita drażliwego. Bezpieczne spożycie dotyczy tylko nasion niemodyfikowanych genetycznie, czyli ekologicznych lub oznaczonych jako wolne od GMO.

MLECZKO MIGDAŁOWE. Należy do najsmaczniejszych mleczek roślinnych, zwłaszcza jeśli zawiera aromat prażonych migdałów. Może być nieodpowiednie dla osób uczulonych na orzechy.

MLECZKO OWSIANE. Jest dobrze tolerowane i stanowi źródło rozpuszczalnego błonnika w postaci beta-glukanów, które obniżają poziom cholesterolu we krwi i wiążą toksyny.

MLECZKO RYŻOWE. Jest najmniej alergizującym mleczkiem roślinnym, ale tak jak sam ryż jest źródłem arsenu, przez co nie należy spożywać go w nadmiarze.

MLECZKO ORKISZOWE. W przeciwieństwie do innych rodzajów mleczek jest źródłem glutenu - białka pszennego zakazanego przy nietolerancji tego białka.

MLECZKO KOKOSOWE. Ma wyrazisty smak kokosa, ale w związku z niską zawartością składników odżywczych jest najbardziej wodniste wśród mleczek roślinnych. (ARZ)



FOT. 123RF



FOT. 123RF



FOT. 123RF



FOT. 123RF



FOT. 123RF



FOT. 123RF

Mleko krowie - pić czy nie pić? Zawiera ono wiele cennych składników

Problemem dla wielu osób jest laktoza - dwucukier, którego trawienie wymaga obecności enzymu laktazy. **Jednak mleko od krowy dość łatwo zastąpić**

Żywnie

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka@polskapress.pl

Dobrze znany biały napój coraz częściej jest dziś na cenzurowanym. Unikanie mleka to dla jednych konieczność natury zdrowotnej, dla innych - świadomy wybór dietetyczny. Dieta bez mleka nie jest jednak trudna: zawarte w nim składniki można spożywać w innych produktach, a w kuchni wybierać mleczka roślinne.

Mleko - odżywcze i problematyczne

Mleko jest źródłem cennych związków odżywczych, ale jednocześnie zawiera problematyczne składniki, z powodu których przez sporą część społeczeństwa nie może być spożywane. Należy do nich laktoza - dwucukier, którego trawienie wymaga obecności enzymu laktazy. Gdy go brakuje, co jest typowe nawet dla 1/4-1/3 społeczeństwa, laktoza trafia do jelit, gdzie jest rozkładana przez bakterie i powoduje dolegliwości, takie jak wzdęcia, biegunki, kolki i ból brzucha. W mleku zawarte są także uczulające białka albuminowe. Podczas gdy nietolerancja laktozy to problem dotyczący ok. 1,5 proc. niemowląt i małych dzieci, w grupie tej z alergią pokarmową zmagają się ok. 8 proc. z nich. Najczęściej dotyczy ona mleka i jajek, a wśród maluchów poniżej 1. roku życia alergia na białka mleka krowiego jest zdecydowanie najczęstsza. Wywołuje nie tylko objawy skórne w postaci ciężkich wysypek, ale też opuchliznę, biegunki, wymioty i zagrażające życiu zakażenia anafilaksji. Choć z alergii tej można „wyrósować”, nie dotyczy to niestety wszystkich uczulonych dzieci.

Kto nie pije mleka?

Oprócz alergii i nietolerancji pokarmowej powodem unikania mleka bywa też dieta z założenia bezmleczna, np. wegańska czy w stylu paleo, której zwolennicy jedzą tylko to, po co sięgali ponoć nasi przodkowie, zanim udomowili zwierzęta i stali się rolnikami. Coraz więcej osób ma też świadomość warunków hodowli krów mlecznych, związanych z nią zagro-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Mleko od krowy jest źródłem cennych związków odżywczych

żeń zdrowotnych oraz wad samego mleka. Oprócz niezaprzeczalnych zalet ma ono bowiem również swoje ciemne strony.

Ciemna strona mleka

W dobrze zbilansowanej diecie mleko może być smacznym źródłem cennych składników. Problemem jest jego nadmierne spożycie, które dotyczy sporej grupy dzieci. Zastrzeżenia co do bezpieczeństwa jego spożycia budzą ponadto wyniki niektórych badań naukowych, wg których mleko:

*Podnosi poziom insuliny i insulinopodobnego czynnika IGF-1, przez co zwiększa zagrożenie rozwojem insulinoporności i cukrzycy typu 2.

*Nasila objawy trądziku u młodzieży, co ma związek m.in. z wysoką zawartością jodu, zawartego w soli podawanej zwierzętom i środkach odkażających. Wynika też z faktu, że IGF-1 wzmacnia produkcję w komórkach skóry, a także zaburza metabolizm hormonów sterydowych. Tak działa zwłaszcza mleko odtłuszczone i chude. Stwierdzono ponadto, że mleko pogarsza przebieg trądziku różowatego.

*Zaburza gospodarkę kwasowo-zasadową w organizmie, ponieważ tak jak inne produkty zwierzęce jest produktem kwasotwórczym. Powstające z niego związki kwasowe muszą być zubożone przez składniki mineralne, takie jak wapń, potas czy magnez. Ich zawartość w mleku nie jest wystarczająca, przez co organizm uszczupla rezerwy w kostkach i zębach. Prowadzi to do ujemnego bilansu składników mineralnych i osłabienia kości, ale też gromadzenia się w ustroju szkodliwych związków kwasowych. Zbadano, że kobiety spożywające 3 szkl. mleka dziennie lub więcej są bardziej narażone na złamanie niż te, które nie piją tyle mleka. Również u osób starszych złamanie kości są częstsze wtedy, gdzie spożywała się więcej nabiału, białek zwierzęcych i wapnia.

*Jest źródłem szkodliwych związków, między innymi hormonów krowich, pozostałości tych podawanych zwierzętom, a także antybiotyków i innych leków stosowanych w weterynarii, a ponadto zanieczyszczeń z pasz i wód. Badania pokazują na związek między konsumpcją mleka i zwiększonym

prawdopodobieństwem rozwoju raka prostaty u mężczyzn i raka jajnika u kobiet. Stwierdzono też, że podawanie mleka niemowlętom zwiększa u nich ryzyko rozwoju alergii oraz zachorowalność na cukrzycę typu 1, a według badań opisanych w „Neurology” to niskotłuszczowe nasila zmiany neurodegeneracyjne. W porównaniu z tym pełnotłustym spożywanie tylko jednej porcji dziennie zwiększało ryzyko rozwoju choroby Parkinsona o niemal 40 procent.

Mleko z roślin

Co prawda są osoby, które lepiej od krowiego tolerują mleko kozie, wciąż jednak jest ono źródłem zarówno białek albuminowych, jak i laktozy. Dlatego jako alternatywę dla klasycznego białego napoju poleca się mleczka roślinne - zwłaszcza że zdaniem wielu ekspertów nie jest on wcale niezbędną częścią diety. Odpowiednie ilości wapnia można uzyskać ze źródeł takich jak migdały, jarmuż i inne odmiany kapusty, nasiona roślin strączkowych i ich przetwory, np. tofu. Samo mleko i produkty takie jak jogurt czy śmietana można zastąpić gotowymi alternatywami roślinnymi.

WAŻNE

CO ZAWIERA SZKLANKA MLEKA?

Mleko krowie i jego przetwory są jednym z podstawowych elementów zbilansowanej diety. Należą do bogatych źródeł istotnych składników odżywczych: białka, wapnia, potasu, witamin A i D (w mleku nieodtłuszczonym) oraz grupy B. Świeże mleko ma ok. 4 proc. tłuszczu, a podczas utrwalania jest standaryzowane do zawartości 0-3,8 proc. Zalecany poziom tego składnika ma mleko półtłuste (1,5-2 proc. tł.), jego szklanka 250 ml to 117-127 kcal.

Grzybica paznokci. Jak pozbyć się tej wstydlivej dolegliwości?

Grzybica paznokci jest chorobą skutkującą nieestetycznym wyglądem paznokci. Stają się one żółte i zgrubiałe. **Jak skutecznie leczyć tę dolegliwość?**

Grzybica

Ewa Zwolek
internet@echodnia.eu

Zarówno grzybica paznokci nóg, jak i grzybica paznokci rąk to stosunkowo powszechne schorzenia, które często są bagatelizowane przez pacjentów. Jest to poważny błąd, ponieważ nieleczona grzybica bardzo szybko się rozprzestrzenia i może trwać nawet przez kilkanaście lat.

Osoby, które lekceważą pierwsze objawy grzybicy paznokci, zazwyczaj nie są świadome, że szkodzą nie tylko sobie, ale również innym. Symptomy tej dolegliwości różnią się w zależności od tego, jaki szczep drobnoustrojów zaatakował paznokcie.

Wyróżnia się:

- Grzybicę dermatofitową, przy której zajęte są tylko niektóre paznokcie stóp (zwykle pierwszy i piąty). Część paznokci, objętych procesem chorobowym, staje się żółta, zgrubiała i nieprzezroczysta.
- Drożdżycę paznokci i włosów paznokciowych, której towarzyszy: bolesność i wydzielina ropna. Paznokcie stają się zgrubiałe, a płytka przyjmuje barwę szarożółtą.
- Pleśńicę paznokci, przy której płytka staje się krucha, odwarstwiona i białozółtawa.

Jakie grzybice wyróżniamy?

Bezpośrednią przyczyną grzybicy paznokci jest zakażenie drobnoustrojami: dermatofitami, grzybami drewnopochodnymi i grzybami pleśniowymi. Oprócz tego wyróżnia się szereg czynników, które przyczyniają się do rozwoju tej dolegliwości. Jednym z nich jest niedoleczona i zbagatelizowana grzybica skóry, która odpowiada za nieco mniej niż połowę przypadków grzybicy paznokci. Wśród innych czynników, zwiększających prawdopodobieństwo wystąpienia tej dolegliwości, można wymienić:



Osoby, które lekceważą pierwsze objawy grzybicy paznokci zazwyczaj nie są świadome, że szkodzą nie tylko sobie, ale również innym

- AIDS (w związku z znaczną obniżoną odpornością organizmu).
- Przyjmowanie kortykosteroidów, leków cytostatycznych i immunosupresyjnych.
- Cukrzycę.
- Zespół Cushinga.
- Otyłość.
- Nadmierną potliwość.
- Niedoczynność tarczycy.
- Spadek poziomu estrogenów u kobiet po menopauzie.
- Przebyta antybiotyko-terapia.
- Zaburzenie równowagi w warstwie hydrolipidowej naskórka.
- Brak zachowania odpowiedniej higieny.
- Niedokładne osuszanie skóry.
- Częste używanie lakierów do paznokci.
- Korzystanie z takich miejsc publicznych, jak: sauna, basen, łaźnia publiczna.

Grzybica paznokci - jak leczyć?

Podstawą w leczeniu grzybicy paznokci są działania profilaktyczne, które skupiają się na ograniczeniu ryzyka rozprzestrzeniania się zakażenia. Jednym z takich działań jest np. częsta dezynfekcja obuwia. Oprócz tego warto pamiętać o: dokładnym osuszaniu przestrzeni międzypalcowych, używaniu kłapek ochronnych na basenach, kąpieliskach i w hotelach i noszeniu skarpet z na-

turalnych włókien (np. z bambusa). Bardzo ważnym elementem profilaktyki grzybicy stóp jest używanie środków pielęgnacyjnych o właściwościach przeciwwgrzybiczych.

Leczenie grzybicy paznokci powinno odbywać się pod okiem wykwalifikowanego lekarza - dermatologa. Obejmuje ono: diagnostykę poprzez badanie mikroskopowe, a także odpowiedni dobór leków i kontrolę po odbyciu terapii. Grzybicę paznokci u stóp i u rąk leczy się przede wszystkim preparatami do stosowania miejscowego. Mowa tu o: alioaminach, które wykazują właściwości przeciwpierwotniacze. Oprócz tego w leczeniu grzybicy zastosowanie znajdują: lotiony, żele, maści aerozole, które niekiedy dostępne są bez recepty. Wówczas, gdy leczenie miejscowe nie przynosi zadowalających rezultatów, stosuje się leczenie ogólne, które polega przede wszystkim na antybiotyko-terapii. Zwykle stosuje się terbinafinę, która sprawdzi się w przypadku, gdy za stan grzybiczy odpowiadają dermatofity. Minimalny czas jej stosowania wynosi 6 tygodni, a maksymalny - pół roku. Antybiotykiem o znacznie szerszym spectrum działania przeciwgrzybicznego jest itrakonazol, który nie może być stosowany dłużej niż trzy tygodnie.

WAŻNE

Leczenie w domowym zaciszu Domowe sposoby na grzybicę paznokci

Domowe sposoby na grzybicę paznokci można stosować wyłącznie wspomagająco i tylko wtedy, gdy dermatolog prowadzący wyrazi na to zgodę. Wśród najpopularniejszych sposobów tego typu można wymienić:

● **Ocet jabłkowy**, który przywraca skórze naturalne pH, a jednocześnie łagodzi stany zapalne. W celu pozbycia się grzybicy należy zmieszać ocet z wodą, a następnie moczyć stopy lub dłonie w tym roztworze przez 15-20 minut.

● **Czosnek**, który wykazuje właściwości bakterio- i grzybobójcze. W celu pozbycia się grzybicy należy zrobić pastę czosnkową i nałożyć ją na 30 minut na paznokcie dotknięte stanem chorobowym.

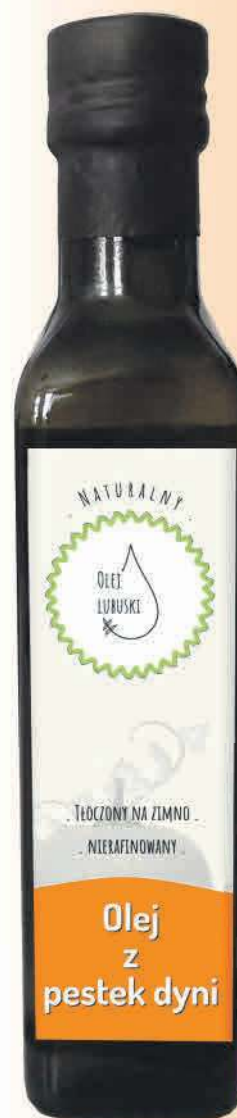
● **Jogurt naturalny**, który zawiera probiotyki (żywe kultury bakterii), będące skutecznym składnikiem w walce z infekcjami grzybiczymi.

● **Olejek z drzewa herbacianego**, który pozytywnie wpływa na kondycję skóry dłoni i stóp.



REKLAMA

008920319



Naturalny Olej Lubuski powstaje metodą tłoczenia na zimno w rodzinnej olejarni przy gospodarstwie rolnym Małgorzaty i Piotra Marciniaków. Jest to nieduża manufaktura nastawiona na jakość, a nie ilość. Olej z pestek dyni tłoczemy wyłącznie z polskich nasion. Wykazuje on ogromną skuteczność w utrzymaniu zdrowej prostaty, hamuje przerosty gruczołu krokowego. Doskonały dla zdrowia serca, wykazuje działanie przeciwnadciśnieniowe i ochronne. Normalizuje ciśnienie u kobiet po menopauzie, znajduje zastosowanie w profilaktyce i wspomaganiu leczenia schorzeń układu moczowo-płciowego.

Dane kontaktowe:

Gospodarstwo Rolne Piotr Marciniak
ul. Kielecka 15, 68- 300 Lubsko

☎ 512 040 577

@ biuro@olejlubuski.pl

🌐 www.olejlubuski.pl

📌 @naturalnoylejlubuski

Pacjent i NFZ powinni działać razem

Rozpoczęliśmy drugą edycję akcji „Gazety Lubuskiej” i Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ „Hipokrates Lubuski 2019”. Jaka idea przyświeca naszemu plebiscytwi wyjaśnia Piotr Bromber, dyrektor LOW NFZ

Plebiscyt

Ilona Burkowska
iburkowska@gazetalubuska.pl

W ubiegłym roku akcja Hipokrates Lubuski cieszyła się wielkim zainteresowaniem środowiska medycznego i pacjentów, którzy wskazali, a potem wybrali najlepszych ich zdaniem lekarzy w województwie. W tym roku będzie podobnie?

Tak, cel jest dokładnie taki sam - wybranie najpopularniejszych lekarzy, pielęgniarek i przychodni w województwie lubuskim. Pamiętajmy, że uczestników zgłaszają pacjenci. Tutaj przede wszystkim to oni odgrywają ważną rolę, bo wybór jest od początku do końca ich. Zwycięzców nie będzie wybierała żadna kapituła ani komisja. Wybierający i głosujący pacjenci w ten sposób pokażą lekarzom swoje zaufanie. I właściwie

taki jest cel akcji. Z jednej strony jest ona afirmacją, promocją pewnych specjalizacji medycyny, a drugiej to coś, co buduje relację między pacjentem a lekarzem.

Dyrektorze, różnie między lekarzami a pacjentami bywa. Ci pierwsi czasami nie rozumieją pacjentów, a pacjenci wymagają więcej, niż mogą dostać...

Owszem, zdarza się i tak. Jednak ten plebiscyt to nagroda, uhonorowanie i ukoronowanie pracy lekarza. Szukamy lekarzy najlepszych. A o tym, czy tacy właśnie są, decydują ci, którzy mają do tego największe prawo, czyli pacjenci. Ich wybór to też sygnał dla innych osób, że ten konkretny lekarz wzbudza zaufanie. Tutaj to pacjenci są najważniejsi, bo to oni decydują. Dla lekarza z kolei ważne jest to, że pacjent chce oddać na niego głos. Ten głos ozna-

cza szacunek, zadowolenie, akceptację, zaufanie. To elementy budowania szerszych relacji, które są bardzo cenne na co dzień. Zaszczyc dla nominowanych jest tym większy, że wybierają pacjenci. Udział lekarza czy pielęgniarki w plebiscycie dowód na to, że przedstawiciele środowiska medycznego i pacjenci mogą i powinni myśleć wspólnie, razem, o zdrowiu.

Akcję zakończy uroczysta gala z wręczeniem statuetek i nagrodzeniem zwycięzców, a tę galę poprzedzi debata pod tytułem „NFZ jako instytucja zorientowana na pacjenta”.

Chcemy być instytucją otwartą na pacjenta. W praktyce ma to oznaczać wzrost pozytywnych doświadczeń pacjentów w kontaktach z NFZ. Stąd powstanie i przyjęcie Strategii NFZ. Zakłada ona przede wszystkim zmia-

nę sposobu myślenia i postrzegania problemów. Chcemy być innowacyjną instytucją zaufania społecznego.

Wiem, że powstała też książka jakości obsługi klientów NFZ. Będzie pomocna pacjentom?

Tak, jest to kolejne działanie NFZ ukierunkowane na pacjenta. Działanie które ma przełamać dotychczasowe, często stereotypowe myślenie o instytucji, jej roli oraz celach. Mamy świadomość, iż każdemu działaniu NFZ towarzyszą emocje. Nie zawsze pozytywne, częściej negatywne. Dlatego nie możemy ograniczyć się do odesłania pacjenta do podstawy prawnej. Ważny jest również sposób komunikacji. Pamiętajmy też, iż nie wszystko da się opisać, sformalizować. Dlatego ważne jest kształtowanie postaw i relacji.

Dziękuję.



Piotr Bromber, dyrektor Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ

AUTOPROMOCJA

009103835

HIPOKRATES LUBUSKI 2019

ZGŁOŚ SWOJEGO KANDYDATA, MASZ CZAS DO 10 CZERWCA!

gazetalubuska.pl/hipokrates

CZEKAMY NA ZGŁOSZENIA W KATEGORIACH

lekarz rodzinny
 pediatra
 pielęgniarka/położna
 stomatolog
 ginekolog
 chirurg
 ortopeda
 kardiolog/okulista

przychodnia, gabient
 szpital
 gabinet
 centrum somatologiczne
 salon optyczny

HIPOKRATES

2019

PARTNER MERYTORYCZNY

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

NA ZWYCIĘZCÓW CZEKAJĄ ATRAKCYJNE NAGRODY, A WŚRÓD NICH:



statuetki i dyplomy, vouchery na reklamę, prezentacja w specjalnym dodatku, wyjazdy weekendowe, nagrody rzeczowe

Z ŻYCIA GWIAZD

CELEBRYCI

Znany siatkarz
zaręczył się z aktorką

Zosia Zborowska i Andrzej Wrona zaręczyli się. Radosną nowiną pochwilił się na swoich Instagramach. Zakochani rzadko wypowiadają się w mediach na temat łączącego ich uczucia. Parą są od niedawna. Jeszcze dwa lata temu aktorka była w wieloletnim związku z innym partnerem. Z siatkarzem poznała się wiosną 2018 roku na Mazurach, gdzie ten uczestniczył w zgrupowaniu swojej drużyny Onico Warszawy.

(BAN)



FOT. ARCHIWUM

SHOW-BIZNES



FOT. MAREK SZADYN

Natalia Oreiro uwielbia
koncertować w Rosji

Argentyńska aktorka jest znana dzięki roli w telenoweli „Zbuntowany anioł”. Kiedy Oreiro zaczęła grać w tym serialu, miała 21 lat, w tym roku kończy 42 i dalej wygląda świetnie. Pomimo tego, że dalej pojawia się w filmach, stawia na karierę muzyczną. Do tej pory sprzedała ponad 11 mln egzemplarzy płyt i ciągle koncertuje, głównie w Rosji.

(BAN)

Dieta Sekielskiego
przynosi efekty

Jakiś czas temu znany dziennikarz śledczy podjął walkę z otyłością - jego waga wskazywała 185 kg. Postępami dzieli się z internautami na swoim kanale na YouTube. Zmienił swoje nawyki żywieniowe. Przede wszystkim zrezygnował z jedzenia mięsa i stara się po prostu jeść mniej. Zaczęła też więcej się ruszać. Stawia na taki sposób aktywności jak: spacer, basen i ćwiczenia.

(BAN)

GWIAZDY



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Modelka troszczy się
o skórę córki

Natalia Siwiec jest pod stałą obserwacją swoich fanów. Ostatnio celebrytce zarzucono, że podczas wakacji na Seszelach nie zadbała o skórę swojej córki w odpowiedni sposób. I choć potem wytłumaczyła się w rozmowie z Plotkiem ze swojego zachowania, to teraz ponownie odniosła się do sprawy. Opublikowała zdjęcie, na którym smaruje córkę kremem chroniącym przed szkodliwym promieniowaniem słońca.

(BAN)

TV HIT

FILM



Gracz

TVN 7 21:00
Hazardzista Jim po przegranej zapożycza się u gangstera Baraki. Zabezpieczeniem pożyczki jest jego życie. Gdy okazuje się, że ma problemy ze spłatą długu, zwraca się o pomoc do bossa mafii.

FILM



Kiedyś mnie znajdziesz

TVP 2 22:35
April Epner (Helen Hunt), głęboko wierząca nauczycielka w nowojorskiej szkole, traci kontrolę nad swoim życiem. Złą passę przerywa znajomość z rozwiedzionym ojcem jednego z uczniów.

FILM



47 roninów

TVN 22:30
Półkrwi Japończyk Kai jako dziecko zostaje znaleziony w lesie i przygarnięty przez księcia Ako-Naganoriego Asano. Dorastając, zakochuje się w Mice, córce gospodarza.

DOKUMENT



The Red Soul

TVP 1 23:00
Dokument o Józefie Stalinie. Wielu Rosjan uznaje go za bohatera. 50 lat po śmierci przywódca Rosjanie są głęboko podzieleni w ocenie przeszłości kraju i bezwzględnego dyktatora.

Krzyżówka nr 78

Poziamo:

- fortel Onufrego Zagłoby,
- wiadukt nad autostradą,
- książka ze zdjęciami,
- maszyna drukarska do odlewania czcionek,
- buteleczka na perfumy,
- model Opla,
- opakowanie soczku,
- masz pecha, jeśli przebiegnie ci drogę,
- miasto dziewczicy Joanny d'Arc,
- kierunkowskaz w samochodzie,
- atrybut murarza,
- dawniej: zysk, korzyść,
- ozdobne paciorki na szyi kobiety,
- żałosny głos burka,
- gra z mydłem,
- Zborowski, śpiewający aktor,
- ciemnoniebieski barwnik,
- pracuje na granicy,
- niejedna w instalacji wodnej,
- szósty zmysł,
- Kościuszki w Australii.

Pionowo:

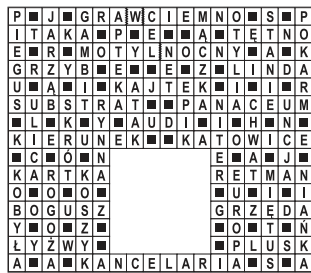
- sąsiad Czecha,
- iracki złoty,
- kochany ojczulek,
- ... Chmiel, stworzył komiksowego Tytusa,
- świątynia protestancka,
- patos w wypowiedzi,
- budynek ze sceną i kulisami,
- pełne ziaren pszenicy,



- rzecz osobliwa, niezwykła,
- plynie w konwoju,
- zasłonięta kurtyną przed pierwszym aktem,
- polski producent zup w proszku,
- droga wytyczona dla turystów,
- Paul, wyśpiewał wielki przebój o Dianie,
- odporny na wiedzę,
- duża blaszana bańka na

- mleko,
- Ursus na polu,
- wielki przebój Andrzeja Dąbrowskiego,
- pasmo wijących się włośsów,
- gatunek sera pleśniowego,
- ojczyzna Ingmara Bergmana,
- lekarz od chorób nowotworowych,
- elekcja monarchy.

Rozwiązanie nr 77

GAZETA
LUBUSKA

REDAKCJA
al. Niepodległości 25, 65-042 Zielona Góra,
skr. pocztowa 120, tel. 68 32 48 802, 68 32 48 86 00,
fax 68 32 48 872,
redakcja@gazetalubuska.pl
Redaktor naczelna Iwona Zielińska,
izielinska@gazetalubuska.pl,
tel. 68 32 48 802

Wydawcy
Zbigniew Borek, zborek@gazetalubuska.pl,
tel. 95 72 25 772,
Zdzisław Haczek, haczek@gazetalubuska.pl,
tel. 68 32 48 805
Sekretarz redakcji Szymon Kozica,
skozica@gazetalubuska.pl, tel. 68 32 48 863
DZIAŁY:
Informacyjny
miasto@gazetalubuska.pl, tel. 68 32 48 844
Łączność z czytelnikami
kborek@gazetalubuska.pl, tel. 68 32 48 837
Magazyn GL
dchajewski@gazetalubuska.pl, tel. 68 32 48 879
Online: glonline@gazetalubuska.pl
astawarska@gazetalubuska.pl,
tel. 68 32 48 856

Sportowy
aflugel@gazetalubuska.pl,
tel. 68 32 48 806
ODDZIAŁY:
GORZÓW WLKP.
Sikorskiego 111, (Park 111 II p.), 66-400 Gorzów Wlkp.,
tel. 95 72 25 772
MIĘDZYRZECZ
Tomasz Rusek, tel. kom. 510 026 983
NOWA SÓL
Eliza Gniewek-Juszczak, tel. kom. 697 770 041
ŚLUBICE
Renata Hryniewicz, tel. kom. 510 871 274
ŚWIEBODZIN
Marcin Ruszkiewicz, tel. kom. 510 026 985
ŻARY/ZAGAN,
Lucyna Makowska, tel. kom. 697 770 399

Oddział w Zielonej Górze
al. Niepodległości 25, 65-042 Zielona Góra
tel. 68 32 48 802, faks 68 32 48 872
Prezes oddziału Grzegorz Widenka
tel. 68 32 48 600, gwidenka@gazetalubuska.pl
Marketing: tel. 68 32 48 861
BIURA OGŁOSZEŃ
Gorzów Wlkp., ul. Sikorskiego 111 (Park 111 II p.),
66-400 Gorzów Wlkp., tel. 95 72 25 360,
bog@gazetalubuska.pl
Międzyrzecz, tel. 95 72 25 360
bom@gazetalubuska.pl
Świebódzin, tel. kom. 519 503 761
Zielona Góra, al. Niepodległości 25,
65-042 Zielona Góra, tel. 68 32 48 811
bo@gazetalubuska.pl
Zagani, tel. kom. 510 026 989

Żary, tel. kom. 512 212 994
Serwis prenumeratorka 68 381 70 52
Druk: Polska Press Oddział Poligrafia
60-175 Poznań/Skórzewo, ul. Malwowa 158,

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

Polskie Badania Czynietywa
PBC
POLSKIE BADANIA CZYNIEITYWA

Nakład Kontrolowany ZKDP
BIALA KONTROLA
NAD WYKONANIEM
WYKONANIE

POLSKA
PRESS
GRUPA

WYDAWCA
Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domanińska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes zarządu Dorota Stankiewicz
Wiceprezes zarządu Dariusz Świąder
Członek zarządu Paweł Fajfara
Członek zarządu Magdalena Chudzikiewicz

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

Nieruchomości

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

DZIAŁKĘ budowlaną +pustaki ogrodzeniowe tanio sprzedam. Tel. 501-621-109

GARAŻE

GARAŻE blaszane, bramy garażowe, kojce. Dowóz, montaż gratis - cały kraj! Raty! Tel. 68/419 03 39; 95/737 63 39; 91/311 11 94; 512 853 323; www.konstal-garaze.pl

Handlowe

FOTO, KSIĄŻKI

KUPIĘ książki, płyty. Dojazd. Gotówka! Tel. 509-675-586, 508-245-450.

MATERIAŁY OPAŁOWE

DOBRY polski węgiel, polbruk, płotki ogrodowe. Czerwieńsk, 512468184, www.e-skladopalu.pl



Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

FIAT seicento, 2001 r. 511200949.

OSOBOWE KUPIĘ

0 - 10.000 A absolutnie auta kupię każde. Gotówka. 24 h. Transport. Dobrze płacę. 536211376

0 - 10.000 A auta kupię 604-608-094

0 - 10.000 auta kupię 665807009

AUTOKASACJA legalna,skup aut powypadkowych,zaświadczenia, darmowy dojazd do Klienta tel. 601 857 328,513753,95 741 54 71.

LUBUSKIE tys. zł. Absolutnie nie złomuj autka. Skup aut. Transport. 793177253

SKUP aut na złom. Najlepsze ceny. Szybki odbiór. Gotówka. 787989435

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

OPONY, felgi tanio. 501653516.

TOP-JAAN autoszyby. Tel. 95 7202017

TOP-JAAN Gorzów. Tel. 95 7202017

TOP-JAAN haki. Tel. 95 7513361

USŁUGI

ZŁOMOWANIE pojazdów wydajemy zaświadczenia Kargowa 501624667

INNE

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

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

536557551 Nowe pozabankowe

KREDYT 50 000 zł rata 549, 730809809

POŻYCZKI - kredyty, bez zaświadczeń, na dowód, nawet do 50 000 zł, tel. 68 3280800

SZYBKIE pożyczki. 501982756.

USŁUGI FINANSOWE

ZAPOMNIJ o dłużniku,odkupimy twojego wierzyciela. 609900640

Praca

ZATRUDNIĘ

BUDOWLANYCH pracowników. 603037430

DUSSMANN zatrudni do sprzątania terenu zewnętrznego w Świecku. 1-zmiana(pon.-pt.). 12zł net/h. 735 200 747

FIRMA "Darstal" Sp. z o.o. w Nowym Kisielinie zatrudni: - na stanowisko: oczyszczacz odlewów. Tel. 608 046 662.

Firma transportowa ze Skwierzyny zatrudni kierowców z kat. C+E w ruchu krajowym. Co tydzień w domu. Kontakt 784084281.

Firma transportowa ze Skwierzyny zatrudni kierowców z kat. C+E w ruchu międzynarodowym. Wynagrodzenie min. 6500 zł. Kontakt 784 084 281

GABINET w Kostrzynie n/O szuka lek. dentysty, tel. 606 552 816

NIEMCY, murarze, cieśle, spawacze, elektrycy, malarze, ocieplenia, stolarze: 730-011-300.

NIEMIECKA firma zatrudni: osoby do pakowania wędlin i gotowych produktów mięsnych w marynacie. Tel. 004 917 0328 5831, 601869058

OBSŁUGA zwrotów odzieży, Nowy Kisielin, tel: 68 411 11 06, mail: rekrutacja.zielonagora@fiege.pl

OPIEKUNKI do Niemiec tel. 730497770 www.ambercare24.pl dzisiaj 70 ofert!

PRACA opieka w Niemczech, wysokie zarobki - do 1650 €, wymagana podstawowa znajomość j. niemieckiego, tel. 61 666 2993

PRACA w Niemczech dla kobiet i mężczyzn, sortowanie surowców wtórnych, demontaż RTV, rozładunek paczek, kierowca kat. C, operator wózka widłowego. Premie do 150 EUR! Wałbrzych, ul. Główna 9 lp., tel. 74 663 82 93, 727 010 114, www.remax-praca.pl

ZATRUDNIĘ tapicera Tel: 609-659-875

Zdrowie

CHIRURGIA

LASERAMI: żylaki, brodawki, blizny, znamiona, tatuaże, odciski, włosy, 606-855-813, www.lasermedic.pl

GINEKOLOGIA

515417467 Ginekolog farmakologia

STOMATOLOGIA

ALDEMED STOMATOLOGIA - pełen zakres usług, od pon.-pt. 605430157.

UROLOGIA

UROLOG tel. 68/452-41-11 www.uromedic.pl

INNE SPECJALIZACJE

OPTYK okulista Puślecki 683256652

PRZYCHODNIE, KLINIKI

LARYNGOLOGICZNA Poradnia prywatnie. Krótkie terminy. Specjalista laryngolog Piotr Napierała. Klinika Wiśniowa/SCM Urolog, Zielona Góra, Anieli Krzywoń 2, rejestracja tel. 693440644, 601689667

Operacje zaćmy na NFZ. Krótkie terminy. Wymagane skierowanie na operację. Dr n.med. Marcin Zieliński, prowadzący dr Rafał Paczała. Klinika Wiśniowa/SCM Urolog, Zielona Góra, Anieli Krzywoń 2, rejestracja tel. 690044446, 795950585

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

696894134 wykończenia wnętrz, remonty, glazura, hydraulika

DRUTEX okna, drzwi, rolety. DRO-POL 507108325, 601054042.

ELEKTRYK. Tel. 511274597

HYDRAULIK usługi 697139754.

MALOWANIE, szpachlowanie tel. 723659109.

Okna - bramy drzwi roletki, naprawy okien montaż PlastMat 68-4701970, Wrocławska 35.

OKNA - drewniane i PCV. DRUTEX Promocja - INTER OKNO. Tel. 68-3206065, www.interokno.pl

OKNA rolety roletki. Montaż - serwis - naprawa. Ptasia 32/7B, 535530555

OKNA, drzwi, rolety, serwis, naprawa. tel. 601-773-633.

Posadzki ze styrbetonu, ocieplają i wygłuszają, izolują tel. 692320064

REKLAMA

019107737

25.05.	FORST – HORNÓW - KROMLAU	od 90 zł
13-16.06.	LWÓW – TRUSKAWIEC – RUDKI	od 800 zł
22.06.	DREZNO – BASTEI	od 110 zł
22.06.	BERLIN ZACHODNI I WSCHODNI + rejs statkiem	od 100 zł
28-30.06.	PIENINY - NIEDZICA - Spływ Dunajcem	od 449 zł
29.06.	Złota PRAGA + rejs statkiem	od 120 zł
03-07.07.	LWÓW - Śladami Lwowskich Birbantów	od 649 zł
06.07.	ŁÓDŹ - Miasto kultury	od 130 zł
13.07.	PRAGA	od 120 zł
19-21.07.	WIEDEŃ – KUTNA HORA	od 449 zł
27.07.	ZAMEK KSIĄŻ - ADRSPACH Skalne Miasto	od 120 zł
01-04.08.	WILNO – TROKI – WIGRY	od 639 zł
10.08.	WROCŁAW - Kolejkowo - ZOO - Afrykarium	od 95 zł
15-18.08.	KRAKÓW – CZĘSTOCHOWA - OJCÓW	od 559 zł
15-18.08.	SZWAJCARIA SAKSOŃSKA I CZESKA	od 599 zł
16-18.08.	KASZUBY – TRÓJMIASTO – MALBORK	od 499 zł
21-25.08.	WARMIA I POWIŚLE - TORUŃ	od 739 zł
04-15.09.	ALBANIA I MACEDONIA	od 1599 zł
12-15.09.	BIESZCZADY	od 649 zł
13-22.09 / 20-29.09.	BOŚNIA I CHORWACJA	od 1645 zł
14-22.09 / 21-29.09.	WŁOSKA LIGURIA – FRANCUSKA RIVIERA	od 1690 zł

Biuro Podróży EUROTROPS
– Zielona Góra, ul. Przy Gazowni 30
Info: (68) 324-27-07, 601-551-053, 603-935-584
Specjalizujemy się w wycieczkach na zamówienie:
eventy, wyjazdy integracyjne, firmowe, wycieczki szkolne, wyjazdy ze szkoleniem narciarskim, obozy młodzieżowe.
Zniżki dla posiadaczy karty ZGRANI ZIELONOGÓRZANIE 50+ oraz dla stałych klientów !!!
Wycieczki na stronie: www.eurotrops.pl oraz www.facebook.com/Eurotrops/

KOŁOBRZEG! Wczasy, Zabiegi, tydzień od 610 zł, noclegi od 50 zł. Tel. 94/354-36-65.

REAWAL-TANIE wczasy,150m do morza.Tel.605 062 093.

Różne

KASA za "stare" książki, 609643399

POTENCJA, Leszno. Tel. 697 454 739

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 602 811 423.

ZWIERZĘTA HODOWLANE

662120801 młode kury 15-22 tygodni. Różne rasy. Dowóz gratis. Trans-Koko.

Towarzyskie

500 476 471. Profesjonalistka.

009115551

**Odszedłeś, chociaż dla nas wciąż jesteś z nami,
w naszych sercach na zawsze już pozostaniesz**

Pełni bólu i żałoby zawiadamiamy, że 18 maja 2019 r.
odszedł od nas do wieczności

ś†p

Józef Wawryszyn

ukochany Mąż, Ojciec, Teść i Dziadek

Pogrzeb odbędzie się w piątek 24 maja 2019 r. o godz. 11.10
na starym cmentarzu komunalnym przy ul. Wrocławskiej
w Zielonej Górze.

Pogrążona w smutku
żona z rodziną

009113270

Z głębokim żalem przejęliśmy wiadomość o śmierci

ś†p

**Stanisława
Szymkowiaka**

Żonie oraz Rodzinie
wyrazy głębokiego współczucia

składają

*Posel na Sejm RP Jerzy Materna,
Rada Miasta Zielonej Góry,
Rada Sejmiku Zielonej Góry
oraz członkowie Prawa i Sprawiedliwości*

009114506

Wyrazy głębokiego współczucia

Pani

Eleonorze Szymkowiak

Radnej Miasta Zielona Góra

z powodu śmierci

Męża

składają

*Prezydent Miasta Zielona Góra
Przewodniczący Rady Miasta
Radni Miasta Zielona Góra*

REKLAMA

INFORMATOR POGRZEBOWY

A.D. Rzepeccy, tel. 605 386 111, Zielona Góra, ul. Chrobrego 59/4,
Świdnica, Długa 25, Czerwieńsk, Chrobrego 1a. Kompleksowa
obsługa pogrzebów całą dobę. Zabieranie z domu.

KAMIŃSCY, Zielona Góra, ul. Kościelna 4, przewóz zmarłych 24 godz.,
kompleksowa organizacja pogrzebów, tel. 68-323 05 09, 693 424 440.

LUBUSKI DOM POGRZEBOWY, Zielona Góra, ul. Wrocławska 1.
Całodobowy transport zmarłych. Tel. 531 208 990. Usługi świadczone
w ramach zasiłku pogrzebowego z ZUS.

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY Zielona Góra, ul. Masarska 13,
tel. 68-320 22 35, kompleksowa obsługa pogrzebów, przewóz
zmarłych. 601 798 365 całą dobę.

REQUIES Brzezińscy, Zielona Góra, ul. Krawiecka 2, tel. 68-325 52 19,
organizacja pogrzebów, całą dobę zabieranie z domu, www.requies.pl.

AD PATRES (J. Mądry) przewóz zwłok, bezgotówkowa organizacja
pogrzebów, Zielona Góra, ul. Wrocławska 68, tel. 68-320 85 17,
601 760 685 całą dobę.

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. 95-781 00 83
Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h.

WRZOS Gorzów Wlkp., ul. Borowskiego 35/1, tel. 95-720 03 33,
722 303 333 ORGANIZACJA POGRZEBÓW I POGOTOWIE
POGRZEBOWE (24 h).

Zakład Pogrzebowo-Kamieniarski „Gołębski”, ul. Żwirowa 36,
Gorzów Wlkp.: Usługi pogrzebowe, Przewóz zwłok, Kamieniarstwo.
Tel. (95) 723 00 00 (8:00-15:00) 501-571-216 (całodobowo).

MEMENTO Radziszewscy, Gorzów Wlkp., ul. Mieszka I 18,
tel. 95-7350-146, 95-7231-041 (24 h). Organizacja Pogrzebów,
Pogotowie Pogrzebowe.

OMNIS Gorzów Wlkp., ul. Żwirowa 76, tel. 95-722 42 08 www.omnis.net.pl
Organizacja pogrzebów i Pogotowie pogrzebowe (24 h).

008995471

REKLAMA

009102028

AUTOPROMOCJA

Q801654758A



OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ZIELONA GÓRA

**o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego
dla działki nr 111 obręb 4 przy ul. Generała Mariana Langiewicza w Zielonej Górze.**

Na podstawie art. 17 pkt 9 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o *planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* (Dz. U. z 2018r. poz. 1945 z późn. zm.) oraz uchwały nr II.17.2018 z dnia 27 listopada 2018 r., zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu *miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla działki nr 111 obręb 4 przy ul. Generała Mariana Langiewicza w Zielonej Górze*, wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, w dniach **od 29 maja do 19 czerwca 2019 r.**, w siedzibie Urzędu Miasta w Zielonej Górze przy ul. Podgórnej 22, 65-424 Zielona Góra, w pokoju nr 809, w godzinach od 8.00 do 14.00.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **5 czerwca 2019 r.** w siedzibie Urzędu Miasta Zielona Góra przy ul. Podgórnej 22 w pokoju nr 810 o godzinie 14.00.

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy, każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego, może wnieść uwagi.

Uwagi należy składać na piśmie do Prezydenta Miasta Zielona Góra z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 4 lipca 2019 r.**

**w sprawie przeprowadzania strategicznej oceny oddziaływania na środowisko
projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego**

Na podstawie art. 39, w związku z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008r. o *udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko* (Dz. U. z 2018 r. poz. 2081 z późn. zm.) zawiadamiam o możliwości zapoznania się, w dniach **od 29 maja do 19 czerwca 2019 r.**, z projektem *miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla działki nr 111 obręb 4 przy ul. Generała Mariana Langiewicza w Zielonej Górze* wraz z prognozą oddziaływania na środowisko i z dokonanymi opiniami i uzgodnieniami, w siedzibie Urzędu Miasta Zielona Góra przy ul. Podgórnej 22, 65-424 Zielona Góra, w pokoju nr 809, w godzinach od 8.00 do 14.00.

Zainteresowani mogą składać uwagi i wnioski do ww. dokumentu, w ramach przeprowadzanej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, do Prezydenta Miasta Zielona Góra, w formie pisemnej, ustnie do protokołu w pokoju 809 oraz za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres: rozwojmiasta@um.zielona-gora.pl w terminie **od 29 maja do 4 lipca 2019 r.**

Uwaga/wniosek powinien zawierać imię i nazwisko lub nazwę jednostki organizacyjnej i adres wnioskodawcy oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Prezydent Miasta Zielona Góra.



REKLAMA

009109379

Obwieszczenie Wojewody Lubuskiego
IB-II.7820.16.2018.AAnt

Zgodnie z treścią art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz.U. z 2018 r. poz. 1474) zawiadamiam, że w wyniku rozpatrzenia wniosku Zarządu Województwa Lubuskiego, ul. Podgórna 7, 65-057 Zielona Góra, w dniu 17.05.2019 r. została wydana decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 276 w m. Chociule od km 35+000 do km 35+873”, na terenie gminy Świebodzin. Z treścią decyzji oraz z dokumentacją sprawy, strony mogą zapoznać się w siedzibie organu – Lubuskim Urzędzie Wojewódzkim w Gorzowie Wlkp., ul. Jagiellończyka 8 – Wydział Infrastruktury, pokój 1403 – XIV piętro, w godzinach pracy urzędu.

REKLAMA

009109229

Kierownik Zakładu Gospodarki Lokalowej w Międzyrzeczu,
zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami podaje do publicznej wiadomości wykazy:

1. nieruchomości gruntowych przeznaczonych do wydzierżawienia na okres do 3 lat (Zarządzenie nr Z-4/2019),
2. nieruchomości zabudowanych przeznaczonych do wynajęcia na okres do 3 lat (Zarządzenie nr Z-4/2019),
3. części nieruchomości gruntowej przeznaczonej do wydzierżawienia na okres do 3 lat (Zarządzenie Z-4/2019),
4. nieruchomości zabudowanej przeznaczonej do wynajęcia na okres do 3 lat w przetargu ustnym nieograniczony (Zarządzenie nr Z-5/2019).

Wykazy wywieszone zostały w dniu 17 maja 2019 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Międzyrzeczu przy ul. Rynek 1 i Zakładu Gospodarki Lokalowej w Międzyrzeczu, ul. Krótka 2, oraz umieszczone na stronie internetowej ZGL (www.bip.wrota.lubuskie.pl/zgl_miedzyrzecz/).



FOT. LAPRESSE - DALBERTO / FERRARI / PAOLONE / ALPOZZI

Na razie liderzy klasyfikacji utrzymali swoje koszulki

Śnieg może się okazać głównym rywalem

Kolarstwo

Arlena Sokalska

arlena.sokalska@polskapress.pl

10 etap Giro d'Italia wygrał Arnaud Démare. Liderem wciąż jest Valerio Conti.

Dla wielu kolarzy etap 10 z Ravenny do Modeny był niczym drugi po poniedziałku dzień wolny. Trasa płaska jak stół, do tego bardzo krótki dystans - bo tylko 145 km - i piękna pogoda, sprawiły, że zwłaszcza faworyci wyścigu potraktowali jazdę dość rekreacyjnie. Mała, bo zaledwie dwuosobowa ucieczka nie wymęczyła też ekip sprinterskich.

Dramatyczny był dopiero koniec etapu - kilometr przed metą wydarzyła się wielka kraksa, w której uczestniczyli m.in. Pascal Ackermann (Bora-hansgrohe) i Jakub Mareczko (CCC Team). Z małej grupki najszybszy okazał się Arnaud Démare (Groupama-FDJ). Faworyci wyścigu zatrzymani przez krakę otrzymali czas grupy, bo wszystkie miało miejsce w strefie ochronnej.

Ale głównym tematem dnia było więc to, co zdarzy się w piątek na etapie trzynastym. Wtedy rywalizacja ma zakończyć się na przełęczy wiodącej do Lago Serrù (2245 m n.p.m.). Po opadach w ubiegły weekend trasa

jest pokryta śniegiem, służby od kilku dni próbują go usunąć, ale prognozy nie są korzystne.

Podobny problem dotyczył trasy królewskiego etapu szesnastego. Wtedy peloton ma pokonać Passo Gavia (2614 m n.p.m.), „dach wyścigu”, czyli najwyższy punkt na mapie tego rocznej Corsa Rosa. Rzecz w tym, że na Gavi w wciąż leży śnieg, w niektórych miejscach pokrywa sięga nawet 4 metrów. Od kilku dni kilkadziesiąt osób z ciężkim sprzętem robi wszystko, by przygotować przejazd. Burmistrz Ponte di Legno, miasteczka będącego metą etapu, ma nadzieję, że szosa będzie przejezdna, a warunki pogodowe pozwolą na przeprowadzenie etapu. W 2013 r. śnieg co prawda udało się usunąć, ale w dniu, kiedy na Passo Gavia mieli wspinać się kolarze, rozpętała się śnieżnica i etap został odwołany.

Organizatorzy też nie zaspiają gruszek w popiele, opracowują trasę alternatywną, na razie jednak nie zostały ujawnione szczegóły, nie będzie to dwukrotny przejazd przez Mortirolo, nie niżej (1861 m n.p.m.).

Wyniki 10 etapu: 1. Arnaud Démare (Groupama-FDJ), 2. Elia Viviani (Deceuninck-Quick Step), 3. Rüdiger Selig (BORA-hansgrohe)

Klasyfikacja generalna: 1. Valerio Conti (UAE Team Emirates), 2. Nans Peters (AG2R La Mondiale) 01:50.3, Primož Roglič (Jumbo-Visma) 01:50,

Ozłoto Piast Gliwice myśli już o eliminacjach Ligi Mistrzów

Tomasz Dębek

Twitter: @themback



Piłkarstwo

Waldemar Fornalik i jego piłkarze zdominowali poniedziałkową Galę Ekstraklasy, zgarniając aż sześć z siedmiu statuetek. Trener Piasta zapowiada, że już skupia się na przygotowaniu drużyny do walki o Ligę Mistrzów.

Joel Valencia (Piłkarz i Pomocnik Sezonu), Frantisek Plach (Bramkarz Sezonu), Aleksandar Sedlar (Obrońca Sezonu), Patryk Diczek (Młodzieżowiec Sezonu) i Waldemar Fornalik (Trener Sezonu). Z poniedziałkowej Gali Ekstraklasy autokar Piasta Gliwice wyjechał obładowany statuetkami dla bohaterów minionego sezonu.

- Liczba nagród pokazuje, jak wyrównana była nasza drużyna. Wszystko dzięki ciężkiej pracy. Zawodnicy pomogli sobie nawzajem. My po prostu zaproponowaliśmy im pewien rodzaj pracy. Chyba nikt w drużynie nie myślał, że dostaniemy tyle statuetek. Tak samo jak nikt nie myślał o tym, że zostaniemy mistrzem - podkreślał wyraźnie zadowolony Fornalik.

- Nikt nie spodziewał się, że zostaniemy mistrzem Polski. Ja z kolei nie spodziewałem się tych indywidualnych nagród. To był znakomity sezon w wykonaniu całej drużyny. Moi koledzy też zasłużyli na statuetki. I to nawet bardziej ode mnie - skromnie zaznaczał Valencia.

Ekwadorczyk historię ma jak z filmu. Jako 16-latek, w sierpniu 2011 roku, zadebiutował w Primera Division, wchodząc na ostatnie minuty meczu Realu Saragossa z naszpikowanym



FOT. MARZENA BUGAŁA-AZARNO

Fornalik odebrał nagrodę dla najlepszego trenera sezonu

gwiazdami Realem Madryt. Wróżyć mu wielką karierę, pytała ponoć o niego nawet Barcelona. Do pierwszego zespołu już jednak nie wrócił. Grał w rezerwach i trzeciej lidze, w końcu trafił do słoweńskiego FC Koper. Tam nie błyszczał, doznał też kontuzji barku. Pomocną dłoń wyciągnął wtedy do niego Piast.

- Byłem kontuzjowany, do tego mieliśmy problemy w klubie. Nie płacili nam pensji, wielu zawodników chciało odejść. Kamil Kogut [szef skautingu Piasta - red.] skontaktował się ze mną na Twitterze. Wiedzieli, że jestem kontuzjowany, ale dali mi szansę. Jestem za to Piastowi bardzo wdzięczny - przekonuje Valencia. Patrząc na jego formę, wydaje się jednak, że latem

może odwdziżyć się gliwickiemu klubowi dużym zastrzykiem finansowym z jego transferu. Na Ekwadorczyka chętnych nie będzie brakowało.

- Nie ma co ukrywać, zawodnicy pokazali się swoją grą przedstawicielom innych klubów. Na razie nie ma jednak żadnych konkretnych ofert. Kiedy się pojawią, będziemy zmuszeni do reakcji. W tym momencie nie ma co mówić o potencjalnych transferach. Chyba że wiecie coś więcej ode mnie - żartował w rozmowie z dziennikarzami Fornalik.

- Dla piłkarzy czas na urlopy, ale nie dotyczą one trenerów, dyrektora sportowego i ludzi zawiadujących klubem. Pracowaliśmy całą rundę nad tym, by przygotować ewentualne

wzmocnienia składu. Teraz musimy przejść do konkretów i czynów - dodaje były selekcjoner reprezentacji Polski.

Jego drużyna eliminacji do Ligi Mistrzów rozpocznie już w lipcu. Nawet w pierwszej rundzie Piast nie może liczyć na rozstawienie. Od początku gliwiczanie mogą trafić więc na takie kluby jak Celtic, BATE Borysów, NK Maribor, Crvena Zvezda Belgrad, Rosenborg, Slovan Bratysława czy pogromców Legii z ostatnich lat: Astanę, Szeryfa Tyraspol i F91 Dudelange.

- Wiemy, że możemy trafić na mocne drużyny. Na razie nie wybiegamy jednak tak daleko w przyszłość. Chcemy nacisnąć się tym, co mamy. To coś niesamowitego, że drużyna z Gliwic zdobywa mistrzostwo Polski, po raz pierwszy w historii. Mamy chwilę urlopu, później czekają mnie Mistrzostwa Europy U-21 we Włoszech. Odpoczynku nie będzie wiele, trzeba będzie szybko wrócić do roboty - zapowiada Diczek.

- Chcemy powalczyć o awans do fazy grupowej Ligi Mistrzów. Czas pokaże, czy się uda. Trener i dyrektor sportowy podkreślali, że chcą latem wzmocnić drużynę. Uważam, że jeśli będziemy pokazywać tak wysoką formę jak do tej pory, możemy powalczyć o wysokie cele - dodaje pomocnik, który wkrótce może spełnić marzenie o grze w silnej zachodniej lidze. 21-latkami interesują się bowiem kluby z Serie A. Diczek przyznaje, że nie wie jeszcze, czy zostanie w klubie na kolejny sezon. ©

Gala Ekstraklasy - wyniki:

Piłkarz sezonu: Joel Valencia (Piast Gliwice);

Bramkarz sezonu: Frantisek Plach (Piast);

Obrońca sezonu: Aleksandar Sedlar (Piast);

Pomocnik sezonu: Joel Valencia (Piast);

Napastnik sezonu: Igor Angulo (Górnik Zabrze);

Młodzieżowiec sezonu: Patryk Diczek (Piast).

Świat motoryzacji musi pogodzić się ze stratą człowieka, który śmierci potrafił śmiać się w twarz. Zmarł Niki Lauda, legenda F1

Formuła 1

Michał Kelso

redakcja@polskatimes.pl

W wieku 70 lat zmarł Niki Lauda, legendarny kierowca, potrójny mistrz świata Formuły 1. Smutną informację potwierdziła rodzina zmarłego.

„Z głębokim smutkiem ogłaszamy, że nasz drogi Niki umarł spokojnie, w poniedziałek, 20 maja 2019 roku. W otoczeniu swojej rodziny” - poinformo-

wali krewni byłego kierowcy w mailu cytowanym przez zagraniczne media. Niki Lauda zmarł w prywatnej w klinice w Szwajcarii. Przebywał w niej z powodu problemów z nerkami.

W Formule 1 był od 1972 roku. Trzy lata później zdobył pierwsze mistrzostwo świata. Rok po pierwszym tytule uległ groźnemu wypadkowi na niemieckim torze Nuerburgring. Ferrari prowadzone przez Austriaka uderzyło w betonowy

mur okalający tor. Pojazd odbił się od niego i powrócił na trasę. Od razu stanął w płomieniach. Niemal w ostatniej chwili z płonącego bolidu wydobyli go inni kierowcy, Lauda był jednak bardzo poparzony i miał uszkodzone płuca. Kierowca, z bardzo ciężkimi poparzeniami głowy i płuc, natychmiast został przetransportowany do szpitala w Ludwigshafen, gdzie długo trwała walka o jego życie. Przez cztery dni stan Laudy był krytyczny. Po la-

tach Lauda musiał przejść dwa przeszczepy nerki - w 1997 i 2005 r.

Po wypadku wrócił na tor po sześciu tygodniach. Otrzymał już nawet sakrament ostatniego namaszczenia na swoim szpitalnym łóżku, a po niecałych dwóch miesiącach znowu się ścigał i do końca roku walczył o obronę tytułu. Pierwszy wyścig Grand Prix po wypadku ukończył na czwartym miejscu. Przegrał tylko jednym punktem. Po drugim mistrzo-

stwo świata sięgnął w 1977 r. Trzeci tytuł zdobył w 1984 r. Na zawsze zostały z nim również blizny na twarzy, które zostały po tragedii w Nuerburgringu. W 1985 roku definitywnie zakończył karierę.

W ostatnich latach Niki Lauda pracował w teamie Mercedes, pełnił funkcję dyrektora. Poważne problemy ze zdrowiem pojawiły się przed rokiem, gdy Austriak zachorował na ostre zapalenie płuc.

©



FOT. SVEN SIMON/IMAGO SPORT AND NEWS/STAST NEWS

Lauda został zapamiętany jako niezwykły twardziel

Pilka nożna
Kolejne mecze
rozegrano w klasie B
Zielona Góra

Lech II Sulechów- Kijowianka Kije 1:5, Cargovia Kar-gowa – Piast Parkovia II Trzebie-chów 1:0, Pogoń II Świebodzin – Polonia Nowe Kramsko 1:0, Czarni Pałck – Sokół Kalsk 0:5, Jedność Podmokle – Kometa Buków 4:2, Tęcza Brody – Liwno Zabór 0:3vo.

1. Cargovia	18	47	62:14
2. Piast Parkovia II	18	37	47:15
3. Sokół	18	37	63:34
4. Kometa	18	31	39:34
5. Pogoń II	18	30	42:30
6. Liwno	18	25	39:35
7. Kijowianka	18	24	38:42
8. Jedność	18	22	31:43
9. Polonia	18	20	37:35
10. Czarni	18	14	29:61
11. Lech II	18	10	26:66
12. Tęcza	18	10	19:63

Tęczy wycofała się z rozgrywek.

Żagań

Garbarnia Leszno Górne – Zorza Brzeźnica 0:1, Piast Wichów – Victoria Siecieborzyce 4:7, Beskid Bożnów – Traper Chichy 5:1, Husaria Niegosławice – Moczy-nianka Żagań 0:4, Raptus Dziko-wice – Błękitni Kotowice 1:5. Pauzował UKS Witków.

1. Moczynianka	17	43	58:13
2. Witków	17	41	86:39
3. Zorza	17	32	38:29
4. Błękitni	17	31	54:41
5. Husaria	18	29	36:41
6. Traper	18	27	32:33
7. Garbarnia	17	22	29:34
8. Beskid	17	21	36:36
9. Raptus	17	19	31:36
10. Piast	17	7	24:69
11. Victoria	17	4	28:81

Świebodzin

Błyskawica Lubinicko – Obra Trzciel 2:2, Sokół Rozłogi – Lubusze Rusinów 0:12, Brunatni Sieniawa – Iskra Łagów 2:3, Odra Glińsk – Meteor Jord-anowo 2:4, Chrobry Brójce – Delta Smardzewo 1:5, Zenit Myszęcín – KS Radoszyn 2:6.

1. Delta	20	49	72:33
2. Radoszyn	20	41	61:29
3. Lubusze	20	41	86:54
4. Iskra	20	37	75:53
5. Obra	21	33	73:41
6. Meteor	21	31	80:64
7. Chrobry	20	29	59:64
8. Błyskawica	21	28	48:49
9. Radość	20	24	48:60
10. Brunatni	20	24	52:54
11. Zenit	20	19	34:62
12. Odra	21	19	38:62
13. Sokół	20	1	2 4:125

Krosno Odrz.

Odra Radnica – Odra Rapice 0:4, Rywał Stargard Gub. – Żenisz Żenichów 1:1, Zorza Grzmiąca – Płomień Chlebowo 3:0, Energetyk Dychów – Kruszywo Raduszc Stary 0:0, Nafta Rybaki – Polesie Białków 1:0, Zieloni Łagów - Piaszno Bronków 3:0 vo, Carina II Gubin - Syrena Cybin-ka 0:3 vo.

1. Energetyk	22	48	60:27
2. Nafta	22	47	68:34
3. Kruszywo	22	45	71:24
4. Rywał	22	45	70:26
5. Żenisz	22	42	60:30
6. Syrena	22	42	67:33
7. Zorza	22	35	52:26

8. Polesie	22	34	67:45
9. Płomień	22	32	51:59
10. Zieloni	22	25	40:72
11. Odra Rąp.	22	11	22:93
12.Odra Rad.	22	7	15:102
13.Carina II	22	28	44:47
14. Piaszno	22	4	8:77

Piaszno i Carina II wycofały się z rozgrywek.

Żary

WKS Łaz – Promień II Żary 1:2, Zieloni Drożków – Nysa Przewóz 5:2, LZS Zjednoczeni Brody – Nysa Trzebiel 3:3, Zorza Kałubia – Tupliczanka Tuplice 1:5, Fax Bieniów – Budowlani II Lubsko 0:2, Iskra Jabłonec – KS Lipna 0:2.

1. Budowlani II	18	48	83:22
2. Lipna	18	41	91:33
3. Fax	18	39	70:53
4. Promień II	18	36	89:28
5. Iskra	18	30	44:48
6. Nysa T.	18	27	48:36
7. LZS Zjednoczeni	18	23	55:57
8. Tupliczanka	18	22	70:57
9. WKS	18	20	50:53
10. Zieloni	18	20	55:77
11. Nysa P.	18	10	28:73
12. Zorza	18	0	21:166

Nowa Sól

LZS Cuprum Czirciradz – MKS II Nowe Miasteczko 7:1, Topola Łupice – Pogoń Wschowa 1:10, Zorza Nowe Żabno – Modrzew Modrzyca 1:2, Thrash At-tack Lipiny - Polonia Kielcz 2:7. Mecz Amator Bobrowniki - Sparta Sława został przełożony. Pauzował Piast Parkovia Trzebiechów.

1. Pogoń	18	47	64:16
2. Piast Parkovia	16	46	58:15
3. LZS Cuprum	17	38	61:20
4. Polonia	17	26	57:52
5. Modrzew	16	23	32:23
6. Zorza	17	22	47:46
7. Sparta	15	20	35:39
8. Amator	15	16	26:38
9. Topola	16	10	22:61
10. Thrash Attack	17	8	22:71
11. MKS II	16	3	16:59

Gorzów

Grupa I: Victoria Stanowice – Zew Dąbroszyn 1:7, Walka Czarnów- KS Białcz 0:2, KS Wysoka – Błękitni II Lubno 2:1, Unia Lubiszyn Tarnów – Warta Kołczyn 4:2, Orkan Długoszyń – Iskra Głuchowo 3:1.

1. Iskra	13	25	39:20
2. Zew	13	23	40:19
3. Orkan	13	23	24:22
4. Warta	13	23	39:25
5. Wysoka	13	20	33:31
6. Walka	13	19	18:16
7. Unia	13	19	34:30
8. Białcz	13	15	23:26
9. Błękitni II	13	11	23:34
10. Victoria	13	4	13:63

Grupa II: Zryw Głęboćek – Iskra Gorzów 1:4, RKS Rybakowo – Polonia II Lipki Wielkie 2:5, Błyskawica Lipie Góry - Nietoperz Gardzko 0:8. Pauzował Orzeł II Międzyrzecz.

1. Iskra	9	24	35:10
2. Orzeł II	8	18	31:16
3. Polonia II	9	18	28:14
4. Nietoperz	8	14	26:19
5. Zryw	9	9	18:22
6. RKS	8	4	12:34
7. Błyskawica	9	1	8:43

(AF)

Kacper Frątczak i Rafał Gąszczak z Pucharem Świata!

Kick boxing

Andrzej Flügel

68 324 88 06

aflugel@gazetalubuska.pl

Wielki sukces odnieśli zawodnicy Akademii Sportów Walki Knockout Zielona Góra Kacper Frątczak i Rafał Gąszczak wygrywając Puchar Świata w Budapeszcie.

To była XXV edycja Pucharu Świata. Turniej zgromadził blisko 3.200 zawodników i zawodniczek z całego świata. Filarami reprezentacji Polski byli podopieczni trenera Tomasza Paska. Nie zawiedli i stanęli na najwyższym podium.

Kacper Frątczak i Rafał Gąszczak po raz kolejny przywożą do Zielonej Góry cenne trofea, eliminując po drodze aktualnych najlepszych kickboxerów globu. - Bardzo cenne zgrupowania w górach, Karpaczu i Wiśle mocno ukształtowały formę zawodników Akademii Sportów Walki Knockout Zielona Góra- twierdzi szkoleniowiec zwycięzców Pucharu Świata, dodając że praca zawodników nad sobą jest nieustanna, upór w dążeniu, amicją, motywacja. - To sportowcy światowego formatu niebawem zobaczymy kickboxing na igrzyskach, to wielka szansa dla naszych wojowników - mówi prezes klubui trener Tomasz Pasek

23 letni Kacper Frątczak, przywiózł do Zielonej Góry takie trofeum już po raz szósty w swojej karierze. W gronie seniorów rywalizował w kat.86 kg low kick i powtórzył sukces z zeszłego roku. Zielonogórzanin jest liderem reprezentacji kadry narodowej. Na Węgrzech doszło do pojedynku naszego zawodnika z aktualnym mistrzem świata i Europy Serbia Nikołą Stosiciem.



FOT. ARCHIWUM ASW KNOCKOUT

Dwójka zielonogórkich mistrzów: Kacper Frątczak (z lewej), Rafał Gąszczak (z prawej) i ten, który marzy o takich sukcesach jak starsi koledzy: Dionizy Warszczuk.

- Spodziewaliśmy się takiego zestawienia w walce finałowej turniej - powiedział Frątczak. Po ostrym boju sędziowie nie mieli wątpliwości kto wygrał to starcie o Puchar Świata Polak po jednogłośnie decyzji triumfował. W tym roku popularny „Chini” wywalczył osiemnasty tytuł mistrza Polski. - Kibice będą mogli mnie zobaczyć 5 października w zielonogórskim CRSie podczas gali MFC 16 - dodał Frątczak.

22 letni Rafał Gąszczak w Budapeszcie stawał na podium dwukrotnie, walcząc w dwóch formułach walk light contact i kicklight w kategorii + 94 kg. Złoto popularny „Gonzo” wywalczył w formule light contact pokonując w starciu finałowym bardzo silnego Węgria Vida Balazsa. - Jest to mój czwarty Puchar Świata jako przywoź do rodzinnego miasta. Muszę przyznać, że miałem chrapkę na dwa puchary w Budapeszcie, ale tym razem się nie udało. Zabrakło na prawdę niewiele - powiedział

Gąszczak. Przyspieszenie rywalizacji w drugiej formule przez organizatora spowodowało, że Rafał nie miał chwili wytchnienia między pojedynkami. To skutkowało zajęciem trzeciego miejsca na podium w formule kick light. Rafał po raz dwudziesty drugi został w tym roku mistrzem Polski i będzie reprezentował nasz kraj jesienią podczas mistrzostw świata w tureckiej Antalyi.

Do elitarnego grona najlepszych puka 19-letni Dionizy Warszczuk. W Budapeszcie po bardzo zaciętym pojedynku, na 30 sekund przed końcem ostatniej rundy lekarz przerwał pojedynek z powodu krwawienia naszego reprezentanta. Wygrał Ukrainiec Mirian Dundua, choć w punktacji sędziowskiej był remis. Zdobyte doświadczenie z pewnością zaprocentuje

- Jestem bardzo zadowolony w występie moich zawodników - skomentował trener i szef ASW Knockout Tomasz Pasek. - Wiele lat ciężkiej pracy, wyrzeczeń

i podporządkowania życia pod pasją jaką jest sport przynosi takie właśnie radosne momenty.To budujące bo mimo długiego stażu w tej dyscyplinie zawodnicy mają olbrzymią motywację i ambicję co jest niezbędne do planowania kolejnych sezonów. Największą satysfakcją mam z tego, że każdy z moich podopiecznych to wychowankowie, którzy rzemiosła nauczyli się pod moimi skrzydłami. Liderzy klubu są już związani ze mną blisko dekadę, to kawał czasu

Trener Tomasz Pasek, wybrany w plebiscycie naszej gazety najlepszym szkoleniowcem roku 2018, zachęca wszystkich zainteresowanych do przyścia na salę treningową i spróbowania swych sił. Zarówno kobiet jak i mężczyzn bez względu na wiek. - To doskonała forma spędzania aktywnie wolnego czasu, a przy okazji można się nauczyć kilku prostych i skutecznych technik, na przykład w celu samoobrony - mówi zielonogórski szkoleniowiec. ©@

AUTOPROMOCJA

009115689

RUSZYŁY ZAPISY NA BIEG



ZAPISZ SWOJĄ DRUŻYNĘ JUŻ DZIŚ NA STRONIE WWW.GAZETALUBUSKA.PL/BIEG

DRUŻYNOWY WIN BRANIOWY **BIEG** O PUCHAR GAZETY LUBUSKIEJ 7 WRZEŚNIA 2019

Cezary Konarski

68 324 88 69

ckonarski@gazetalubuska.pl



PÓKI CO KRÓLOWA JEST TYLKO JEDNA

Zakręcenie w lewo

Uwaga! Rozpoczyna się prawdziwa „Gra o tron” – tak zielonogórski klub żużlowy od wczoraj nagłaśnia cztery najbliższe mecze Stelmetu Falubazu w ekstraklidze. Faktycznie, zielonogórzanie czekają arcytrudne – podwójne – pojedynki z Unią Leszno i Włókniarzem Częstochowa. Podwójne dlatego, że po pierwszych spotkaniach z leszczynianami i „medalikami” rozpocznie się runda rewanżowa, która będzie lustrzanym odbiciem terminarza pierwszej serii.

Ciekawe, czy mocni zielonogórzanie będą w stanie pokrzyżować szyki niesamowicie rozpędzonej, dziś jeszcze mocniejszej niż oni, drużynie z Leszna. Bo póki co, w walce o tron królowa jest tylko jedna. Unia leje rywala za rywalem. Ostatnio ośmieszyla częstochowian, i to na ich torze. Trener Włókniarza Marek Cieślak próbował tłumaczyć swoich liderów „syndromem Jasona Crump’a”, który po udanych turniejach Grand Prix na zajutrz miał słabsze występy w lidze. W starciu z Lesznem, Leon Madsen, zwycięzca zawodów na PGE Narodowym pojechał średnio, ale klapą za to zakończył się start Fredrika Lindgrena, drugiego zawodnika Grand Prix Polski.

Ja w żadne syndromy nie wierzę. Pojechali słabiej i tyle, a dodatkowo trafili na znakomicie ścigających się rywali. A teraz trafia na nich Falubaz, który zagości na „Smoczku” w najbliższą niedzielę. Jeśli seniorską siłę obu zespołów możemy mniej więcej zrównoważyć, to nie mamy prawa powiedzieć tego o formacjach juniorskich. Tu „królowa” leje zielonogórzanie na głowę. 63:20 – wiecie, czego dotyczy to porównanie? To punkty, które w tegorocznych rozgrywkach ekstraklasy zdobyli młodzieżowcy Unii i Falubazu. Z pewnością dla wszystkich jasne jest to, czyja liczba jest większa. Lepiej niż w Lesznie pary juniorów nie ma nikt, dlatego jeśli Bartosz Smektała i Dominik Kubera nadal będą tak skuteczni, to „gra o tron” wcale nie musi być ekscytująca. Oczywiście, wszyscy chcemy, żeby było inaczej, bo przecież najpiękniej byłoby poznać mistrza Polski dopiero na finiszu drugiego z meczów finałowych.

Do ekstrakligowej fazy play off jeszcze jednak daleka droga. Kandydatów do jazdy o medale wciąż jest więcej niż miejsc. Jeszcze kilka kolejek i pewnie wykrystalizuje nam się dół tabeli z tymi zespołami, które w play off nie pojadą. Na dziś takimi pewniakami są drużyny z Torunia i Lublina. Zamykają stawkę, z tym, że w gorszej sytuacji są torunianie, którzy na razie przegrali wszystkie mecze. W niedzielę znów nie będą mieli łatwo, pojadą na lubelskim torze. Może trochę za wcześnie na takie sądy, ale niewykluczone, że jeszcze przed końcem pierwszej rundy rozgrywek poznamy bardzo poważnego kandydata do opuszczenia ekstraklasy. ©P

Dziś już nie ma miejsca na błędy. Trzeba wygrać!

Andrzej Flügel
aflugel@gazetalubuska.pl

Koszykówka

Dziś trzeci mecz półfinału ekstraklasy. Zielonogórski Stelmet Enea BC podejmuje Polski Cukier Toruń.

Przypomnijmy, na tym etapie gra się do trzech zwycięstw. Po dwóch pierwszych meczach w Toruniu Polski Cukier prowadzi 2:0, gdyż pokonał nasz zespół 88:77 i 81:67. Rywal jest w bardzo dobrej sytuacji, my nawiązując do futbolu „w podbramkowej”. Jeśli chcemy przedłużyć szanse na awans do finału musimy nie tylko wygrać dzisiaj, ale także w piątek. Jeśli nam się uda i wyrównamy bilans spotkań na 2:2, ewentualny piąty decydujący mecz odbędzie się w poniedziałek 27 maja w Toruniu.

Dwa pierwsze mecze zasilały spory niepokój wśród kibiców. Nie były to spotkania w których walczone „kosz za kosz”, a w samej końcówce szczęście uśmiechnęło się do rywali. W obu mieliśmy ogromne przestoje dzięki którym przeciwnik odskakiwał, uzyskiwał przewagę i wygrywał. Dziś nie mamy już nawet miejsca na jakiś margines błędu. Jeśli popełnimy ich tyle rywal znajdzie się



FOT. GRZEGORZ OLIKOWSKI

W tej akcji górą był Aaron Cel. Liczymy dziś na rewanż

w finale, a nam zostanie walka zaledwie o brąz.

Wiem, że kibice są zasmuceni naszą grą w Toruniu – powiedział kapitan zespołu Łukasz Koszarek. – My też, bo wiemy, że zegraliśmy dwa słabsze mecze i nie stanęliśmy na wysokości zadania i w efekcie jesteśmy w ciężkiej sytuacji. Naszym problemem było to, że pierwszy mecz praktycznie oddaliśmy bez walki. W drugim spotkaniu to co sobie założyliśmy w sumie realizowaliśmy. Niestety, do tej trzydziestej którejś minuty. Mieliśmy przez cały mecz problemy ze skutecznością rzutów za trzy. Czasami coś takiego się zdarza. Wtedy w decydujących momentach zabrakło celności,

a gra była zbyt indywidualna. To jednak już przeszłość. Co zrobić żeby to jeszcze uratować? Trzeba walczyć. Pociągające jest to, że gramy u siebie, a w Zielonej Górze spisujemy się lepiej. Wierzę, że uda się urwać ten środkowy mecz. Od tego trzeba zacząć. Na tym musimy zbudować ten pozytywizm i wiarę, bo widać i tego nie ma co ukrywać, jest dużo, dużo mniejsza. Liczę jednak, że przed własną publicznością będziemy zupełnie inaczej. Dostaniemy sporej energii, wpadnie nam kilka wariackich rzutów. Byłem przy wszystkich czterech złotych zdobytych przez Stelmet. Niedawno usłyszałem takie zdanie wypowiedziane przez jakiegoś zawodnika, że

w sporcie więcej przegrasz niż wygrasz. Mimo tego absolutnie tego sezonu nie uważam jeszcze za stracony. Przegrywamy 0:2, ale sport jest taki piękny, że wszystko może się odwrócić. Jednak żeby tak się stało musimy zagrać o wiele lepiej. Teraz jest czas żeby ta drużyna pokazała czy ma mistrzowski potencjał, czy nie.

Michał Sokołowski: – Nasze plany na Toruń były zupełnie inne. Chcieliśmy wywieźć dwa zwycięstwa, a nie mamy żadnego. Jednak u siebie jesteśmy mocni i ta rywalizacja się jeszcze nie skończyła. Musimy mieć koncentrację i unikać przestojów, tak jak to było w Toruniu. Zbyt szybko się podpalamy po niecelnych rzutach i zmarnowanych akcjach. Nie możemy tak reagować. Wiem, że kibice są zdenerwowani czemu wyraz dają na forach internetowych, ale to nic dziwnego. W sumie wszystko zależy od nas. Wierzę, że w Zielonej Górze będą dwa mecze, a potem wrócimy do Torunia na decydujący pojedynek.

Tyle zawodnicy Stelmetu Enei BC. Nam nie pozostaje nic innego jak podobnie jak oni wierzyć, że zielonogórzanie pokażą zupełnie inną grę i dziś pokonają Polski Cukier, doprowadzą do czwartego piątkowego meczu. Znów wygrają i pojadą do Torunia na decydujący pojedynek. Mecz dziś o 17.45, transmisja w Polsacie Sport od 17.30. ©P

W SKRÓCIE

Piłka nożna Dziś odrobnią ligowe zaległości

Dziś o godz. 18.00 na stadionie MOSiR-u przy ul. Sulechowskiej rozegrany zostanie zaległy mecz z 23 kolejki czwartej ligi, w którym lider tabeli Falubaz Gran-Bud zmierzy się na własnym boisku z Odrą Bytom Odrz. Już dzisiaj zielonogórzanie mogą ziewać awans do III ligi, do pełni szczęścia potrzebny jest im wynik remisowy. Również dzisiaj w zielonogórskiej okręgówce rozegrany zostanie zaległe spotkanie w którym Unia Kunice Żary podejmować będzie Deltę Sieniawa Żarska. Początek meczu o godz. 18.00.

(AF)

Koszykówka Kadeci SKM Zastalu walczą o medal

Od dziś do niedzieli SKM Zastal Fatto Deweloper Zielonej Górze będzie organizatorem finałowego

turnieju mistrzostw Polski kadetów U16. W imprezie udział weźmie osiem najlepszych drużyn kraju grających w dwóch grupach. W grupie A grać będą: Wilki Morskie Szczecin, UKS 7 Trefl Sopot, Basket Team Opalenica, MKS Ochota Warszawa, natomiast w grupie B: Biofarm Basket Junior Poznań, UKS MOSM Bytom oraz gospodarze SKM Zastal Fatto Deweloper.

Oto terminarz gier, **środa**, godz. 11.00: Wilki Morskie – UKS 7 Trefl; 13.15: Biofarm Basket Junior – UKS Gim 92 Ursynów; 15.30: Basket Team – MKS Ochota; 17.15: uroczyste otwarcie finałów; 18.00: UKS MOSM – SKM Zastal Fatto Deweloper. **Czwartek**, 10.30: MKS Ochota – UKS 7 Trefl; 12.45: UKS Gim 92 Ursynów – UKS MOSM; 15.00: Wilki Morskie – Basket Team; 17.15: SKM Zastal Fatto Deweloper – Biofarm Basket Junior. **Piątek**, 10.30: MKS Ochota – Wilki Morskie; 12.45: UKS MOSM – Biofarm Basket Junior; 17.15: UKS Gim 92 Ursynów – SKM Zastal Fatto Deweloper. **Sobota**, 10.00 mecz o VII miejsce; 12.15: mecz o V miejsce; 14.30: I półfinał; 16.45 – II

półfinał. **Niedziela**: 11.00 mecz o trzecie miejsce; 13.15 finał.

(AF)

Lucznictwo Sukces Mileny Olszewskiej w Krakowie

W Krakowie odbyła się II runda Pucharu Polski seniorów open. Milena Olszewska z gorzowskiego Startu zdobyła złoty medal w łukach klasycznych kobiet. W finale wygrała z Anią Tobolewska (Zryw Dobrcz) 6:2. To dobry prognostyk przez mistrzostwa świata, które odbędą się w dniach 2-9 czerwca w Holandii. Zawody te będą jednocześnie główną kwalifikacją do Igrzysk Para-olimpijskich Tokio 2020.

(AF)

Piłka nożna Warto przyjść i powalczyć w Akademii

Już niebawem odbędzie się kolejny nabór do Akademii Młodych Orłów Zielona Góra. Podczas „Dni Talentu” zarówno chłopcy jak i dziewczynki będą mieli możliwość sprawdzić swoje umiejętności wykonując próby sprawnościowe oraz wziąć udział w grze kontrolnej. Zaproszenie kiero-

wane jest do zawodniczek i zawodników urodzonych w latach 2014 – 2009 włącznie. W Zielonej Górze testy sprawnościowe w grupie skrzatów (roczniki 2014/13. W piątki 31 maja i 7 czerwca, w godz. 17.00 – 18.30 oraz w niedzielę 3 i 9 czerwca w godz. 13.00 – 14.00. W grupie zaków (2012/11) w soboty 1 i 8 czerwca w godz. 11.30 – 13.00, oraz w niedzielę 3 i 9 czerwca w godz. 10.00 – 11.30. W grupie orlików (2010/09) w piątki 31 maja i 7 czerwca w godz. 13.00–14.00 oraz w niedzielę 3 i 9 czerwca w godz. 11.30 – 13.00 Testy będą odbywały się na boisku Orlik przy ul. Chopina w Zielonej Górze.

(FLIG)

Koszykówka Mistrzostwa Polski w Żarach

Klub BC Swiss Krono z Żar będzie organizatorem finałowego turnieju mistrzostw Polski U-14. Zawody zostaną rozegrane 5-9 czerwca. W imprezie udział weźmie osiem najlepszych drużyn z kraju grających w dwóch grupach.

(MR)

Zwycięski Falubaz, a najlepszy Bartkowiak

Żużel

Francepol Falubaz Zielona Góra wygrał rozegrany w Gorzowie turniej czwartej rundy Drużynowych Mistrzostw Polski Juniorów. Ale to gospodarze mieli w swoich szeregach najlepszego zawodnika imprezy.

Mateusz Tonder, Damian Pawliczak i Norbert Krakowiak stanowili zwycięską ekipą na gorzowskim torze. Zielonogórzanie tworzyli bardzo wyrównany zespół, a wygraną przypieczętowali podwójnym triumfem nad zawodnikami z Poznania w 16. wyścigu.

Druga z zielonogórskich drużyn i gospodarze – Truły.work Stal Gorzów – wspólnie zajęli kolejną lokatę, ponieważ oba zespoły zdobyły taką samą liczbę punktów. Stalowcy ścigali się bez Rafała Karczmara, ale za to

z wracającym na tor po kontuzji Alanem Szczotką. Warto odnotować, że mieli w swoich szeregach niepokonanego wczoraj Mateusza Bartkowiaka.

Wyniki: 1. Francepol Falubaz Zielona Góra – 25 pkt.: Mateusz Tonder 9+1 bonus (3,2,1,3), (w,0,w,0); 2. **Elektrociepłownia Falubaz Zielona Góra – 20 pkt.:** Nikodem Bartoch 7+1 bonus (2,3,0,2), Damian Boduch 3+1 (1,1,2), Jakub Osyczka 8 (3,w,2,3), Nils Tufft 2+1 (1,1); 3. **Truły.work Stal Gorzów – 20 pkt.:** Kamil Pytlewski 2+1 bonus (0,1,0,1), Mateusz Bartkowiak 12 (3,3,3,3), Alan Szczotka 6+1 (2,0,2,2); 4. **Betard Sparta Wrocław – 18 pkt.:** Przemysław Liszka 7 (3,2,0,2), Patryk Wojdyło 11+1 bonus (2,3,3,3), Wiktor Garbowska 0 (w,0,w,0); 5. **Power Duck Investon PSŻ Poznań – 16 pkt.:** Bartosz Curzytek 4+1 bonus (1,1,1,1), Michał Curzytek 3 (1,2,w,0), Marek Lutowicz 9 (d,3,3,3); 6. **Euro Finance Polonia Piła – 8 pkt.:** Piotr Gryszyński 5 (1,2,1,1), Paweł Stanisławski 3 (0,2,w,1), Krystian Iwański 0 (0,0,0,w). ©P (CEKON)



Dziś Strony Zdrowia: Mleko krowie – pić czy nie pić?

Zawiera ono wiele cennych składników, ale... STRONY 14-18

3,10
ZŁ
W TYM
8% VAT

Nr ISSN 0137-9518

Nr indeksu 350-222



Szukasz fachowca? Zajrzyj do naszego dodatku...

GAZETA LUBUSKA

rok założenia 1952

Środa 22 maja 2019

Nela, Kaja, Zosia, Malwina, Tymon i Filip, czyli nasze sześcioraczki

STRONA 13



FOT. ANDRZEJ BANAS



FOT. ARCHIWUM ASW KNOCKOUT

Nasi wojownicy wygrali zawody Pucharu Świata w Budapeszcie

STRONA 23

Gorzów Wlkp.

Mateusz K. przyznał się do winy



FOT. LUBUSKA POLICJA

24-latek, sprawca gwałtu na dziewięciolatce, wcześniej miał już stawiany zarzut pedofilii STRONA 3

Dokąd teraz trafia bezdomne psy?

STRONA 7

Bałagan wciąż jest zmorą wielu miejsc. Gdzie zgłaszać problemy ze śmieciami?

STRONA 6

Wybrali członków Konwentu Euroregionu. Szykuje się trudna kadencja. Dlaczego?

STRONA 6

Czujemy się zbywani - twierdzą samorządowcy

Nabór już trwa, ale obaw nie brakuje. A miasto milczy...

Marcin Ruskiewicz
68 324 88 73
mruskiewicz@gazetalubuska.pl



Region

Robi się gorąco wokół naboru do szkół średnich. Rodzice uczniów ościennych gmin boją się, że ich dzieci nie dostaną się do zielonogórskich placówek. Piszą listy otwarte i zapowiadają protesty. To efekt zmniejszenia miejsc w szkołach ponadpodstawowych i ponadgimnazjalnych.

Do zdenerwowanych rodziców ze Świdnicy, Czerwieńska i Nowogrodu Bobrzańskiego dołączyli mieszkańcy gminy Zabór. Napisać otwarty list do Janusza Kubickiego oraz Anny Zalewskiej, minister edukacji narodowej.

Czytamy w nim m.in.: „Od lat absolwenci zaborskiej szkoły kontynuowali naukę w Zielonej Górze. Na terenie naszej gminy nie ma i nigdy nie było szkół średnich. Wybór zielonogórskich poddyktowany jest także względami komunikacyjnymi. Jest to jedyny ośrodek ze szkołami ponadpodstawowymi i ponadgimnazjalnymi, z którym nasza gmina ma bezpośrednie połączenie autobusowe. Związek mieszkańców gminy z miastem Zielona Góra jest bardzo silny. Mieszkańcy gminy w większości pracują w zakładach funkcjonujących na terenie miasta”. Wcześniej podobne listy napisali mieszkańcy Czerwieńska i Nowogrodu Bobrzańskiego. Do tej pory czekają na odpowiedź.

Samorządowcy tych gmin również czują się lekceważeni. - Jesteśmy zbywani - mówi Paweł Mierzwiak, burmistrz Nowogrodu Bobrzańskiego.

- Wraz z rodzicami spotkałem się w Gorzowie Wlkp. z wojewodą, który obiecał, że doprowadzi do spotkania reprezentanta Ministerstwa Edukacji Narodowej, prezydenta Zielonej Góry oraz zainteresowanych rodziców. Minęły prawie dwa tygodnie i cisza - dodaje Mierzwiak. Podobne odczucia ma Krzysztof Stefański, wójt gminy Świdnica. - Wysłałem do prezydenta Zielonej Góry konkretne zapytania w sprawie naboru. Do tej pory nie otrzymałem odpowiedzi - twierdzi wójt.

- Na wcześniejszych spotkaniach usłyszałem od prezydenta Kubickiego, że chce on kasy za każde dziecko spoza Zielonej Góry. Od 1,5 do 2,5 tys. zł.

- Pan Kubicki nie może bezkarnie krzywdzić naszych dzieci - mówi mama ośmioklasisty z Czerwieńska.

©P STRONA 5

Młodzież z Zielonej Góry wylatuje do Mołdawii, aby pomóc tamtejszym dzieciom, a także promować nasz region oraz kraj STRONA 4

Kładka w porcie w Nowej Soli będzie miała barwną iluminację. Co jeszcze się wydarzy?

STRONA 7