

4,40
ZŁ
W TYM
8% VAT

Nr ISSN 0137-9178

Nr indeksu 348-570

Piątek 29 października 2021
magazyn

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

SZCZECIŃSKI



**Dodatek
telewizyjny
na tydzień**

AUTOPROMOCJA

0010319302



NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Zachodniopomorski Oddział Wojewódzki w Szczecinie

**Dziś w „Głosie”
dodatek specjalny!**

**Sprawdź jak
ważna w leczeniu
jest profilaktyka**



FOT. MAT. SZPITAL ZDROJE

Niezwykłe urodziny 5-letnia Martynka świętowała swoje urodziny w szpitalu w Zdrojach. Mieszkańcy regionu przynieśli jej prezenty strona 5



Sport Świt Szczecin walczył jak równy z równym z wielką Legią, ale odpadł z Pucharu Polski

Strona 24

FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

REKLAMA

0010276851

TOTALIZATOR SPORTOWY | **65 LAT TOTALIZATORA SPORTOWEGO**

#WielkieChwile

ROBERT LEWANDOWSKI

Grając w gry LOTTO, wspierasz sport
DZIĘKUJEMY!

Każda złotówka, którą przeznaczasz na gry liczbowe LOTTO, to 19 groszy dla sportu i kultury

REKLAMA

0010264039



hermes.szczecin.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

tel. 506 28 88 28

GRATIS: PRZEWÓZ Z DOMU

ul. Kordeckiego 15, Szczecin

LEKARZ | OPRAWA MUZYCZNA

Akademia Morska tworzy nowe kierunki razem z Grupą Azoty

Szczecin

Akademia Morska w Szczecinie podpisała umowę o współpracy w ramach tworzenia nowych kierunków kształcenia, będących odpowiedzią na potrzeby polickiego potentata branży chemicznej.

- Wsłuchujemy się w głos przemysłu i wychodzimy naprzeciw jego potrzebom - mówi prof. Wojciech Ślaczka, rektor Akademii Morskiej w Szczecinie. - Wzajemną współpracę nawiązaliśmy już ponad rok temu, rozwijając wspólnie projekt, jakim było otwarcie nowego kierunku. Projekt się powiódł: Inżynieria przemysłowa i morskie elektrownie wiatrowe to kierunek, który dzięki naszym wspólnym wysiłkom i owocnej

współpracy ruszył od października na Wydziale Mechanicznym. Przed nami kolejne prace i wyzwania, dlatego kolejny etap współpracy rozpoczynamy umową, która określa szczegółowo nasze zadania w kwestii rozwijania kierunków kształcenia w AMS tak, by jak najlepiej odpowiadały potrzebom rynku.

Swoją udział w opracowywaniu treści programowych mają przedstawiciele spółek Grupy Police. To właśnie oni już w najbliższych latach będą szkolić studentów podczas praktyk i stażów, które będą odbywać w Policach.

- Chcemy kształcić wysokiej klasy specjalistów i takich specjalistów przyjmować do pracy w spółkach Grupy Azoty - mówi Mariusz Drab, prezes Grupy Azoty Police. - Dziś fina-

lizujemy program, który stawia nowe wyzwania przed studentami i otwiera przed nimi ścieżkę kariery w Grupie Azoty.

Akademia Morska w Szczecinie ma na koncie wiele takich działań i właśnie została zwycięzcą konkursu na „Najbardziej innowacyjną i kreatywną Uczelnię w Polsce w tworzeniu perspektyw zawodowych”, organizowanego już po raz jedenasty przez Akademickie Centrum Informacyjne z Poznania.

Na wyborze zaważyły także takie cechy, jak wielokierunkowość badań naukowych i prace rozwojowe prowadzone przez uczelnię, w oparciu o monitorowanie zmieniającego się otoczenia. To właśnie one wnoszą kluczowy wkład w innowacyjność gospodarki.

(MK)

ZDJĘCIE DNIA



Nauczyciele poznawali tajniki robienia serów na ZUT

W ramach seminarium „Żywność-Żywnienie-Profilaktyka” Wydział Biotechnologii i Hodowli Zwierząt

ZUT zorganizował warsztaty serowarskie dla ponad 40 nauczycieli biologii i przedmiotów zawodowych z zakresu technologii żywności spróbowali serów z mleka krowiego, owczego i koziego. (MK)

0010317964

„Ci, których kochamy, nie umierają nigdy,
bo miłość to nieśmiertelność”
św. Jan

Z głębokim smutkiem i żalem zawiadamiamy,
że 24 października 2021 roku zmarł

śp
Andrzej Michalak

Nasz ukochany Mąż, Tata i Dziadek

Zawsze był przy nas, a my przy Nim.

Całym swoim życiem
zasłużył na szacunek wszystkich, którzy Go znali.

Ceremonia pogrzebowa i msza święta odprawione
zostaną w sobotę 30 października 2021 roku
o godzinie 11.00 w kaplicy na Starym Cmentarzu
w Stargardzie przy ul. Kościuszki,
po czym nastąpi odprowadzenie Zmarłego
na miejsce wiecznego spoczynku.

Pogrążona w żałobie

Rodzina

Z KRAJU

**Komunikacja
Wszystkich Świętych.
Dodatkowe zmiany**

Wprowadzone zostały już pierwsze zmiany w organizacji ruchu, a na trasy wyjechała większa ilość autobusów i tramwajów. W niedzielę i poniedziałek pojawi się dodatkowa linia D11 (Gumieńce - Stocznia Szczecińska), która dodatkowo obejmie rejon Placu Rodła.

W czasie Wszystkich Świętych komunikacja miejska, jak co roku, wyjeżdża w maksymalnym wzmożeniu. Tramwaje i autobusy w okolicy cmentarza będą co 3 minuty, przygotowano 7 punktów informacyjnych i kontrolnych, w gotowości będzie 120 osób zabezpieczenia i obsługi, a w kulminacyjnym momencie prawie 100 pojazdów na trasach. Do tego nowe linie i przystanki autobusowe. Wszystko po to, aby mieszkańcy Szczecina i osoby przyjezdne mogły sprawnie dojechać na cmentarz. W tych dniach pracować będzie także blisko 300 kierowców. (MK)

Jutro u nas

**Temat dnia
- psychologia**

Jak zmierzyć się z lękiem przed śmiercią? Zmienia się nasze podejście?



Gwiazda

**Olga Frycz
- aktorka**

Po raz drugi została mamą. Twierdzi, że życie bez miłości nie ma sensu



Kuchnia

**Potrawy
z dyni**

Królowa jesieni powinna na stałe zagościć na naszych stołach



LOTTO

27.10.2021r., godz. 21.50
Multi Multi: 6, 9, 10, 12, 13, 19, 22, 24, 32, 41, 43, 44, 45, 51, 63, 66, 67, 71, 74, 80 Plus 9
Ekstra Pensja: 4, 5, 14, 30, 33, +1
Ekstra Premia: 1, 5, 21, 23, 27, +2
Mini Lotto: 15, 22, 28, 32, 42
Kaskada: 4, 6, 9, 10, 12, 13, 15, 17, 20, 22, 23, 24
Super Szansa: 6, 3, 0, 5, 6, 6, 4

28.10.2021r., godz. 14
Multi Multi: 5, 8, 11, 23, 24, 25, 30, 31, 37, 44, 45, 46, 54, 55, 60, 64, 66, 68, 75, 80 Plus 5
Kaskada: 2, 3, 5, 8, 9, 10, 15, 18, 19, 22, 23, 24
Super Szansa: 7, 2, 2, 6, 5, 6, 5

WALUTY Z 28.10.2021

USD 3,9938 (+)
EUR 4,6284 (+)
CHF 4,3473 (+)
GBP 5,4910 (+)

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

Pogoda w regionie

Dzisiaj

16°C
4°C



Barometr
1014 hPa
Wiatr
18 km/h
Uwaga
słonecznie

Sobota

15°C
4°C



Barometr
1012 hPa
Wiatr
18 km/h
Uwaga
zachmurzenie

Niedziela

16°C
6°C



Barometr
1009 hPa
Wiatr
22 km/h
Uwaga
zachmurzenie

Prenumerata ☎ Zadzwoń!

94 340 11 14

✉ prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gs24.pl

Uczcili pamięć zmarłych działaczy Związku Polaków w Niemczech

Szczecin

Łukasz Czerwiński

lukasz.czerwinski@polskapress.pl

Na kilka dni przed Świętem Zmarłych, uczczono pamięć pochowanych na Cmentarzu Centralnym i związanych ze Szczecinem działaczy Związku Polaków w Niemczech.

Wśród składających kwiaty na grobach był wojewoda Zbigniew Bogucki, a przy jednej z mogił pojawili się uczniowie Szkoły Podstawowej nr 61 w Szczecinie. Był to grób Michała Kmiecika, który jest patronem szkoły, a także współ-

założycielem Związku Polaków w Niemczech.

- Przyszliśmy z uczniami naszej szkoły na grób Michała Kmiecika, gdyż mamy to wielkie szczęście, że uczniowie mogą odwiedzać grób patrona szkoły. Staramy się, żeby w tradycji szkoły wciąż żywe były zagadnienia Związku Polaków w Niemczech, znaku Rodła i właśnie naszego patrona. Co roku przychodzimy tu zapalać znicze - mówi Małgorzata Hązubska, nauczycielka z SP 61.

Symbolem Związku Polaków w Niemczech jest znak Rodła. Organizacja została założona w 1922 roku.



Uczniowie i nauczyciele Szkoły Podstawowej nr 61 w Szczecinie złożyli kwiaty na grobie swojego patrona

Krajowy Program Kolejowy zwiększa bezpieczeństwo w województwie zachodniopomorskim

PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. zwiększają poziom bezpieczeństwa na kolei. W ramach Krajowego Programu Kolejowego, wartego prawie 77 mld zł, wymieniane są tory i rozjazdy, budowane bezkolizyjne skrzyżowania i modernizowane przejazdy kolejowo-drogowe. To także projekty związane z montażem komputerowych urządzeń sterowania oraz nowoczesnych systemów łączności i zarządzania ruchem kolejowym. Dzięki temu kolej jest najbezpieczniejszym oraz jednym z najbardziej ekologicznych środków transportu.

Więcej zabezpieczeń na przejazdach

Na przejazdach kolejowo-drogowych nowe oświetlenie, rogatki i sygnalizatory zwiększają poziom bezpieczeństwa pasażerów pociągów, pieszych oraz kierowców. Wymiana szyn i nowa nawierzchnia jezdni ułatwiają przejazd samochodów. Skrzyżowania są wyposażone w zdalną kontrolę. Informacja o stanie zabezpieczeń jest dostępna u dyżurnego ruchu i wyświetlana także maszynistom. W przypadku nieprawidłowości serwis techniczny zabezpiecza skrzyżowania oraz dba o bezpieczne prowadzenie ruchu pociągów. W województwie zachodniopomorskim dzięki Krajowemu Programowi Kolejowemu poziom bezpieczeństwa zwiększył się na blisko 60 przejazdach m.in. na trasie Koszalin – Stargard oraz Sławno



Dodatkowe zabezpieczenia na przejazdach zwiększyły bezpieczeństwo pasażerów kolei oraz kierowców i pieszych

➔
Bezpieczeństwo jest priorytetem w działalności PKP Polskich Linii Kolejowych S.A.

Ireneusz Merchel,
prezes Zarządu PKP Polskie Linie Kolejowe S.A.

– Darłowo. Dodatkowe zabezpieczenia, przebudowane tory i jezdnie gwarantują sprawny i bezpieczny przejazd przez tory także na linii Chojnice – Runowo Pomorskie.

– *Bezpieczeństwo jest priorytetem w działalności PKP Polskich Linii Kolejowych S.A. W województwie zachodniopomorskim zwiększa się liczba skrzyżowań z dodatkowym zabezpieczeniem. Także w Łobzie, Cieszyńcu i Darłowie o przejeździe pociągu ostrzegają kierowców sygnalizacja świetlna i dźwiękowa oraz opuszczone rogatki. Montowane są nowe komputerowe urządzenia sterowania ruchem, zapewniające bezpieczne i sprawne przejazdy pociągów pasażerskich i towarowych – mówi Ireneusz Merchel, prezes Zarządu PKP Polskich Linii Kolejowych S.A.*

Śnieg i lód nie zatrzymają pociągów

Nowe rozjazdy zamontowane w torach umożliwiają płynny i bezpieczny przejazd pociągów, bez zwolnień, ze stałą prędkością. Dodatkowo rozjazdy wyposażone są w elektryczny system ogrzewania, żeby zapobiec zamarzaniu urządzeń. Takie rozwiązanie gwarantuje szybkie usuwanie śniegu i lodu, czyli dobre działanie rozjazdów i bezpieczeństwo ruchu kolejowego w trudnych zimowych warunkach. PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. wymieniają rozjazdy podczas prac utrzymaniowych i w zakresie projektów Krajowego Programu Kolejowego. W województwie zachodniopomorskim ponad 250 nowych rozjazdów zapewnia

bezpieczniejszy i sprawniejszy przejazd pociągów, m.in. na liniach Koszalin – Stargard, Szczecin Dąbie – Świnoujście oraz Chojnice – Runowo Pomorskie.

– *Inwestycje z Krajowego Programu Kolejowego zwiększają bezpieczeństwo pasażerów kolei oraz kierowców i pieszych. Służą temu modernizacje linii, które obejmują przebudowę przejazdów kolejowo-drogowych, budowę bezkolizyjnych skrzyżowań i montaż nowoczesnych urządzeń. Dzięki nowym systemom sprawniej i bezpieczniej przewożone są towary ekologicznym środkiem transportu - koleją – mówi Andrzej Bittel, sekretarz stanu w Ministerstwie Infrastruktury.*

Cyfrowa rewolucja na kolei

PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. za ponad 2 mld zł budują nowoczesny system ERTMS/GSM-R na prawie 14 tys. km linii. Umożliwi on kolejarzom szybszą i dokładniejszą wymianę informacji o sytuacji na trasie przejazdu pociągu. GSM-R umożliwi również wdrożenie ERTMS/ETCS poziomu drugiego. System ten działa w oparciu o dwa elementy – łączność bezprzewodową GSM-R oraz system sterowania pociągami – ETCS. Wdrożenie systemu ERTMS na liniach kolejowych w Polsce pozwoli m.in. na szybszą jazdę pociągów przy

➔
Inwestycje z Krajowego Programu Kolejowego zwiększają bezpieczeństwo pasażerów kolei oraz kierowców i pieszych.

Andrzej Bittel,
sekretarz stanu w Ministerstwie Infrastruktury.

zachowaniu wysokiego poziomu bezpieczeństwa. Maszyniści otrzymają informacje niezbędne do prowadzenia składu – m.in. dopuszczalnej prędkości i położeniu innych pociągów. Zadaniem systemu jest także wspieranie pracy maszynisty i w przypadku braku reakcji automatyczne dostosowanie prędkości pociągu do wymaganych warunków. Nowoczesne systemy kierowania ruchem to ograniczanie ryzyka zdarzeń i zwiększenie punktualności pociągów.

Słowniczek:

- **Rozjazd kolejowy** – ważny element linii kolejowej, który umożliwia bezpieczny przejazd pociągu z jednego toru na drugi.
- **GSM-R** – system kolejowej łączności cyfrowej.
- **ERTMS/ETCS** – europejski system zarządzania ruchem kolejowym.



Zapraszamy na Bieg z Wąsem

Nasz patronat

Małgorzata Klimczak
malgorzata.klimczak@polskapress.pl

W pierwszy weekend listopada wszyscy panowie będą mogli skorzystać z bezpłatnych badań w ramach akcji „Movember Bieg z Wąsem”.

Akcja „Movember Bieg z Wąsem” ma na celu propagowanie zdrowego trybu życia, zainspirowania innych do ruchu i ak-

tywnego spędzania czasu, przeprowadzenia profilaktycznych badań i podjęcia działań ekologicznych.

W ramach akcji „Movember Bieg z Wąsem” odbędą się bezpłatne badania dla wszystkich chętnych, które zostaną przeprowadzone 6 listopada w godzinach 10 - 18 w C.H. Galaxy. Badania obejmują USG jąder dla mężczyzn do 45. roku życia oraz testy PSA dla Panów 45+. Badania przeprowadzą lekarze

urologzy. Wyniki będą dostępne od razu. W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości badany otrzymuje wydruk z obrazem zmian.

Główne wydarzenie, czyli „Movember Bieg z Wąsem”, odbędzie się dzień później, 7 listopada, o godz. 12 w bezpośrednim sąsiedztwie kompleksu rekreacyjnego Arkonka.

Start i Meta biegu zlokalizowane będą na wysokości kompleksu gastronomicznego

Szyszka Restaurant & Cafe. Dystrans 8-miu kilometrów będą pokonywać biegacze i miłośnicy Nordic Walking. Trasa jednej pętli prowadzić będzie po pięknych ścieżkach malowniczego Lasu Arkońskiego.

Bieg jest przeznaczony dla osób pełnoletnich, bez względu na poziom zaawansowania sportowego. Każdy uczestnik biegnie z wąsem i tym nawiązuje do akcji. Zapisy odbywają się do 3 listopada.

Ruszył remont 109. Szpitala Wojskowego

Szczecin

Leszek Wójcik
leszek.wojcik@polskapress.pl

Prace są już prowadzone przy budynku głównym i przy przychodni, po drugiej stronie ul. Piotra Skargi. Dodatkowo kilka dni temu podpisano umowę na renowację i remont bramy głównej i budynków administracji.

- Rozpoczęty właśnie remont jest największym, jaki przechodzi szpital wojskowy bodaj od początku swojego istnienia - mówi jego komendant, płk Krzysztof Pietraszko. - Ten jeden z najpiękniejszych budynków w centrum Szczecina zasługuje na to, by odzyskać swój dawny blask. Jednocześnie musi też spełniać wymogi nowoczesnej placówki medycznej.

Już ruszyły prace przy budynku przychodni (przy Jasnych Błoniach). Wykonywana jest tam wymiana dachu wraz z jego konstrukcją oraz ocieplenie ścian, wymiana okien oraz uszczelnianie fundamentów. Budynek przychodni jest zabytkiem, dlatego prace odbywają się pod okiem Miejskiego Konserwatora Zabytków. Teren został już ogrodzony - zmniejszył się przez to (niestety) parking.

Niedawno, bo w ubiegłą środę, w szpitalu podpisano kolejną umowę, tym razem na remont zabytkowej bramy wjazdowej oraz budynków administracji od strony ul. Piotra Skargi.

- Bramie szpitalnej przywrócimy dawny wygląd, znany z przedwojennych rysunków i fotografii - zapowiada płk Pietraszko. - Znikną m.in. luksfery z czasów PRL-u. ©P

Przebudowa Estakady Pomorskiej. Kolejne zmiany na trasie

Szczecin

Małgorzata Klimczak
malgorzata.klimczak@polskapress.pl

W najbliższy wtorek, 2 listopada, wprowadzone zostaną zmiany w organizacji ruchu na Estakadzie Pomorskiej. Nitka wjazdowa w kierunku do Centrum zostanie zamknięta na 5 dni.

Zamknięcie nitki wjazdowej do Centrum związane jest z etapem robót, przygotowującym jezdnię Estakady do puszczenia na niej ruchu pojazdów.

- W najbliższych dniach prowadzone będą rozbiórki tymczasowych przejazdów przez dylatacje, wykonywany będzie montaż gum i blach wyciszających na dylatacjach na jezdni głównej montowane będą elementy odwodnienia - wpusty, dreny - informuje Piotr Zieliński, rzecznik prasowy Szczecińskich Inwestycji Miejskich Sp. z o.o.. - Po zrealizowaniu tych prac ułożona zostanie warstwa ścierna nawierzchni drogowej oraz wykonane zostanie oznakowanie poziome.

Organizacja ruchu

Całkowite zamknięcie nitki wjazdowej do Centrum, odbędzie się we wtorek, 2 listopada, w godzinach porannych. Utrudnienia potrwają 5 dni (o ile warunki atmosferyczne pozwolą zachować reżimy technologiczne przy wykonywaniu nawierzchni i oznakowania poziomego). Na czas zamknięcia

ruch do Centrum zostanie skierowany na północną jezdnię wspomagającą biegnącą obok Estakady. Zachowany będzie również przejazd przez torowisko tramwajowe, dzięki czemu ruch w kierunku miasta będzie się mógł odbywać również jedną jezdnią na nitce południowej obiektu.

O inwestycji

Najważniejszą częścią tego zadania jest przebudowa starego wiaduktu tramwajowo-drogowego w rejonie ulicy Gdańskiej.

Obiekt, który powstał w latach siedemdziesiątych ubiegłego wieku, znajduje się w złym stanie technicznym. Ze względów bezpieczeństwa konieczny jest kompleksowy remont całej konstrukcji.

W ramach inwestycji przebudowany zostanie także wiadukt nad boczniką kolejową, prowadzącą do Zespołu Elektrowni Dolna Odra S.A. Obiekt ten został zbudowany przed 1945 rokiem i przebudowany w latach siedemdziesiątych ubiegłego wieku. Jego stan techniczny ze względów bezpieczeństwa również wymaga przeprowadzenia kompleksowych prac naprawczych. Ponadto pracami objęty będzie układ drogowy w rejonie Estakady. Przebudowane zostaną obie jezdnie ul. Gdańskiej oraz przejazdy pod Estakadą. Pojawia się chodniki oraz ścieżki rowerowe. Przebudowane zostaną sieci i instalacje podziemne. Koszt to 44 mln zł.

REKLAMA

0410278947

ZARABIAJ!

DO

24,30* + 4 zł/godz. brutto**

Aplikuj już dziś na
pracujwamazon.pl
lub zadzwoń pod
22 307 82 80

amazon

* Maksymalna stawka wyliczana na podstawie stawki bazowej oraz bonusu uzależnionego od frekwencji.
** Dodatek 4zł/godz. brutto przysługuje tylko za godziny przepracowane od 24.10 do 25.12.2021
i jest wypłacany zgodnie z regulaminem.

Chora Martynka dostała tort z motywem Świnki Peppy

Leszek Wójcik

leszek.wojcik@polskapress.pl



Zdrowie

Tort z Motywem Świnki Peppy, prezenty i mnóstwo kartek z życzeniami (od uczniów szczecińskich szkół) otrzymała w czwartek mała Martynka, która swoje piąte urodziny spędzała w szpitalu „Zdroje” w Szczecinie.

Martynka Olszewska jest chora na bardzo ciężką i bardzo rzadką chorobę genetyczną - w Polsce jest potwierdzonych tylko sześć takich przypadków u dzieci, łącznie z nią i jej starszym bratem.

- Przyjechała do nas na operację neurochirurgiczną aż z Siedlec - mówi Magdalena Knop, rzeczniczka prasowa szpitala „Zdroje”. - Obecnie przebywa w Klinice Nefrologii Dziecięcej.

W czwartek obchodziła swoje piąte urodziny. Jej mama wiedząc, że córeczka spędzi je



- Nie spodziewaliśmy się, że w urodziny Martynki zaangażuje się tak wiele osób. Prezenty i kartki sprawiły córce bardzo dużo radości - mówi mama jubilatki

w szpitalu, zapytała na jednym z lokalnych portali internetowych, gdzie może zamówić dobry tort urodzinowy. Pytanie zauważyła szczecinianka, Aleksandra Godycka. Poprzez różne fora internetowe skrzyknęła mieszkańców regionu i zorganizowała upominki dla chorej dziewczynki.

- Odzew był wspaniały - zapewnia Magdalena Knop. - Już w środę do szpitala przychodziły prezenty i kartki z życzeniami.

Niestety ze względów epidemicznych nie można wejść na oddział, gdzie leży mała pacjentka. Dlatego punktualnie o godz. 12 wszystko, co dotarło

do szpitala personel przekazał mamie dziewczynki, która następnie wręczyła dary córeczce.

- To była piękna i zupełnie nieoczekiwana reakcja szczecinian, za którą bardzo dziękuję. Jestem naprawdę wzruszona - mówi Magda Olszewska, mama jubilatki. - W Szczecinie nikogo nie znamy.

AUTOPROMOCJA

**DZIEŃ DOBRY
W PONIEDZIAŁEK**



Nowy tydzień, nowe wydanie

**GŁOS
SZCZECIŃSKI**

REKLAMA

0010287620



Inter Group to firma działająca na rynku od 25 lat. Obsługujemy klientów z całego kraju oferując usługi z zakresu ochrony osób i mienia, utrzymania czystości.

Poszukujemy w **SZCZECINIE** pracowników na stanowisko:

**PRACOWNIK SERWISU SPRZĄTAJĄCEGO
(Szczecin Centrum)**

OFERUJEMY:

- Stabilne zatrudnienie na **umowie o pracę** w dynamicznie rozwijającej się firmie,
- Regulaminie i terminowo wypłacane wynagrodzenie miesięczne do **2000 zł - 2500 zł netto („na rękę”)**
- **Dofinansowanie**, m.in. zakup leków, okularów, dojazdy do pracy, etc...
- Możliwość przystąpienia do **ubezpieczenia grupowego** na atrakcyjnych warunkach
- Pakiet medyczny

OCZEKUJEMY:

- Sumienności i zaangażowania w wykonywaniu obowiązków
- Mile widziane osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności

Zainteresowane pracą osoby prosimy o przesłanie CV na adres:

rekrutacja@intergroup.pl

lub kontakt telefoniczny na nr 530 491 386

W CV prosimy uwzględnić klauzulę: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej aplikacji dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesów rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych tj. Dz. U. z 2002 r., Nr 101, poz. 926, ze zm.), prowadzonych przez InterGroup z siedzibą w Bydgoszczy.

REKLAMA

0710253406



PROSZĘ ZASZCZEP SIĘ

I WSPÓLNIE ZATRZYMAJMY KOLEJNĄ FAŁĘ

ŻYJ NORMALNIE #SZCZEPIMYSIĘ

Koalicja rządowa od wczoraj to cztery partie

Warszawa

Aleksandra Kielczykowska
a.kielczykowska@polskatimes.pl

Ugrupowanie OdNowa RP wchodzi do rządu, tym samym Zjednoczona Prawica składa się z czterech koalicjantów.

- Została zawarta umowa polityczna, umowa o współpracy, o tym, że będziemy we wspólnym klubie podtrzymywać istniejący rząd i że będziemy także wspólnie występować w kolejnych wyborach. To umowa między PiS a ruchem OdNowa RP - przekazał podczas konferencji prezes Prawa i Sprawiedliwości Jarosław Kaczyński.

Kaczyński zaznaczył, że „jest to kolejny krok, jeszcze nie ostatni, który ostatecznie kończy momenty trudności w naszym obozie politycznym”.

Wskazał, że rozmowy nie zawsze były łatwe, jednak Prawo i Sprawiedliwość i OdNowa RP łączy wspólny program i plan przebudowy Polski.

- Była rozmowa, to jest zawarte już w porozumieniu, o przyszłym kandydacie na prezydenta Warszawy. To bardzo ważna sprawa. Ważna dla nas, dla całego obozu, ważna dla OdNowy. Sądzę, że to będzie z czasem coś, co wywrze wpływ na wydarzenia polityczne w naszym kraju - przekazał.

Jednocześnie dodał, że „jest w tej chwili za wcześnie, żeby mówić o konkretnych, o personaliach”. - Ale powtarzam: to bardzo ważny element tego, co uzgodniliśmy - przekazał.



Prezes PiS Jarosław Kaczyński buduje stabilną większość parlamentarną

Głos zabrał także wiceszef MON Marcin Ociepa z OdNowy RP. Polityk przekazał, że „cieszy się, że udało się osiągnąć porozumienie”.

- Porozumienie sprowadza się przede wszystkim do uzgodnień programowych. Znalazły się pewnego rodzaju zapisy programowe, które nawiązują do istoty programowej OdNowy, skupionej wokół pięciu priorytetów: bezpieczeństwa, gospodarki, samorządności, polityki europejskiej i polityki zdrowotnej, ze szczególnym otwarciem na młode pokolenie - wyjaśnił.

Poinformował, że został potwierdzony fakt wspólnego startu we wszystkich nadchodzących wyborach. A obecnie członkowie OdNowy RP znajdują się w pięciu resortach, które reprezentują.

Kontrowersyjny projekt fundacji Kai Godek „Stop LGBT” w Sejmie

Warszawa

Blanka Aleksowska
b.aleksowska@polskatimes.pl

Do Sejmu wpłynął obywatelski projekt, który m.in. zakazuje marszów równości oraz noszenia tęczyowych flag. Z taką inicjatywą wyszła Kaja Godek.

Obywatelski projekt zgłoszony przez Fundację Życie i Rodzina Kai Godek „Stop LGBT” w praktyce zakłada zakaz zgromadzeń społeczności i środowisk LGBT. Zapisy dokumentu budzą silne emocje i gorący sprzeciw organizacji wspierających mniejszości seksualne.

„Środowiska LGBT kontestują schemat rodziny jako związku kobiety i mężczyzny, domagają się zrównania praw par jedнопłciowych z małżeństwem oraz prawa do adopcji dzieci przez takie związki. Celem projektu jest przeciwstawienie się tym działaniom i pełniejsza realizacja prawa rodziców do wychowania dzieci w zgodzie ze swoimi przekonaniami” - tak uzasadniony został obywatelski projekt ustawy „Stop LGBT”, który będzie procedowany w Sejmie. Pod propozycją autorstwa Fundacji Życie i Rodzina podpisało się 140 tys. obywateli.

Projekt „Stop LGBT” zakłada m.in. nowelizację prawa o zgromadzeniach publicznych, ale także niektórych innych ustaw. Przyjęcie ustawy oznaczałoby m.in. zakaz wykorzystywania



Autorzy projektu uzasadniają swoje postulaty, powołując się na art. 18 Konstytucji RP o definicji małżeństwa

Pod propozycją autorstwa Fundacji Życie i Rodzina podpisało się 140 tys. obywateli. Propozycja budzi skrajne emocje wśród Polaków

podczas zgromadzeń „symboli religijnych oraz przedmiotów związanych z praktykowaniem obrzędów religijnych w sposób mogący obrazić uczucia religijne innych osób, w tym poprzez artystyczne przetworzenie”. Nielegalne stałoby się również posiadanie i wykorzystywanie „artystycznie przetworzonych godła lub barw narodowych” oraz uczestnictwo

w marszach „w przebraniach o erotycznym lub seksualnym charakterze” lub „uczestnictwo nago”.

Największe emocje budzą jednak zapisy projektu, które w praktyce uniemożliwiałyby jakiejkolwiek manifestacje i parady środowiskom LGBT. Zgodnie z propozycją autorstwa fundacji Kai Godek, zgromadzenie nie może „kwestionować małżeństwa jako związku kobiety i mężczyzny”, „propagować rozszerzenia instytucji małżeństwa na osoby tej samej płci”, „propagować związków osób tej samej płci”, „propagować traktowania tych związków w sposób uprzywilejowany”, „propagować przysposobienia dzieci przez te związki”, „promować orientacji seksualnych

innych niż heteroseksualizm”, „propagować płci jako bytu niezależnego od uwarunkowań biologicznych”, a także „propagować aktywności seksualnych dzieci i młodzieży poniżej 18. roku życia”.

Autorzy kontrowersyjnego projektu uzasadniają swoje postulaty, powołując się na art. 18 Konstytucji RP. Zapis ten mówi o tym, iż „małżeństwo rozumiane jako związek kobiety i mężczyzny, rodzina, macierzyństwo i rodzicielstwo znajdują się pod ochroną i opieką Rzeczypospolitej Polskiej”.

Fundacja Życie i Rodzina argumentuje swoje postulaty także danymi z badania CBOS, które wskazują, że „75 proc. Polaków uważa homoseksualizm za odstępstwo od normy”. Zdaniem autorów projektu, stosunek Polaków do LGBT wynika zarówno „z prawa naturalnego”, jak i z faktu, że według oficjalnych statystyk ok. 35 mln Polaków, a więc zdecydowana większość, ma określać się jako wierzący, należący do Kościoła katolickiego.

Projekt wywołał gorący sprzeciw organizacji działających na rzecz równouprawnienia środowisk LGBT. Stowarzyszenia i fundacje walczące o prawa mniejszości seksualnych zapowiedziały protesty i demonstracje. Do posłów i posłanek trafił także apel Kampanii Przeciw Homofobii - organizacja domaga się natychmiastowego odrzucenia tego projektu.

KRÓTKO

Warszawa

Minister zdrowia: Nośmy maseczki

Minister zdrowia Adam Niedzielski został zapytany o zbliżający się dzień Wszystkich Świętych. 1 listopada, ale także trochę wcześniej, na groby do swoich bliskich zjadą się całe rodziny. - W tym roku nie będzie zarządzania o zamykaniu cmentarzy. Stosujemy maseczki również na cmentarzach. Nie będzie żadnej ostrej regulacji, to jest odwoływanie się do odpowiedzialności, nie tylko za siebie, ale za swoich bliskich i swoje otoczenie. W polskiej tradycji tłumnie odwiedzamy cmentarze. Osób odwiedzających miejsca pamięci jest dużo. Pojawia się tłok, trudno o zachowanie dystansu. Myślę, że każda odpowiedzialna osoba podejmie decyzję, która z mojego punktu widzenia jest oczywista, i będzie miała maseczkę - zaapelował Adam Niedzielski. (AIP)

Warszawa

Sąd: Napis nie znieważał ofiar smoleńskich

Sąd Rejonowy dla Warszawy-Śródmieścia wydał wyrok w sprawie dewastacji pomnika smoleńskiego przez dwie studentki. Podczas rozprawy stwierdzono, że napis nie znieważał obiektu. Chodziło o napis: „Aborcja jest OK”. (AIP)

Warszawa

Wicemarszałek Senatu pod trzema kroplówkami

Wicemarszałek Senatu Michał Kamiński trafił do szpitala. „Pod trzema kroplówkami naraz jeszcze nie byłem” - napisał w mediach społecznościowych, jednocześnie informując, że w szpitalu będzie musiał przejść zabieg. (AIP)

Warszawa

Wielki sukces Konkursu Chopinowskiego

2,5 miliona osób śledziło Konkurs Chopinowski w Polskim Radiu. PR przygotowało w tym czasie ponad 630 godzin transmisji, audycji, komentarzy i rozmów. (AIP)

Rosyjska prowokacja, czyli przelot bombowców Su-24 przy platformie Lotos Petrobaltic

Gdańsk

Lidia Lemaniak
k.ulianny@polskatimes.pl

Kierownictwo Grupy Lotos zawiadomiło służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo kraju o przelocie dwóch rosyjskich samolotów bojowych Su-24 w bezpośrednim sąsiedztwie jednej z platform wiertniczych na Bałtyku.

26 października, we wskazanym rejonie, odnotowano aktywność dwóch rosyjskich bombowców. Jednocześnie poinformowano, że rosyjskie siły powietrzne nie naruszyły przepisów oraz nie stwarzały zagrożenia dla bezpieczeństwa. Jak nieoficjalnie ustaliliśmy, zdarzenie zarejestrowali pracownicy morskiego centrum produkcyjnego pracującego na złożu B8, znajdującego się w polskiej strefie ekonomicznej.



Platforma znajduje się w polskiej strefie ekonomicznej Morza Bałtyckiego, w odległości ok. 70 km na północ od Jastarni

Film pokazujący przelot dwóch maszyn, tuż przy platformie należącej do Lotos Petrobaltic, opublikowano w środowy wieczór na Twitterze. „Rosyjskie myśliwce z Kaliningradu przy polskiej, morskiej kopalni ropy na-

towej BB. Polska strefa ekonomiczna Morza Bałtyckiego. Ciekawe, czy uzgodnili tę prowokację z Berlinem? Lub Brukselą...” - takim wpisem opatrzyła 21-sekundowe nagranie osoba, która zamieściła je w internecie.

Zdarzenie, a tym samym autentyczność nagrania, potwierdzili przedstawiciele Lotosu. - Mogę potwierdzić, że 26 października, przy jednej z naszych platform, doszło do incydentu z przelotem odrzutowców - mówi Adam Kasprzyk, rzecznik prasowy Grupy Lotos. - Natychmiast po tym zdarzeniu powiadomiliśmy wszystkie służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo naszego kraju.

Polskie Siły Zbrojne odnotowały aktywność rosyjskich statków powietrznych ok. godz. 15. Jednocześnie Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych informuje, że w tym przypadku nie doszło do złamania międzynarodowych przepisów. Przestrzeń powietrzna nad platformą wiertniczą, znajdująca się w polskiej strefie ekonomicznej, nie jest strefą zabronioną dla obcych sił powietrznych.

PONAD 23 MILIARDY ZŁOTYCH NA INWESTYCJE



**POLSKI
ŁĄD**

RZĄDOWY FUNDUSZ POLSKI ŁĄD
PROGRAM INWESTYCJI STRATEGICZNYCH

Ponad 23 miliardy z rządowego funduszu
– może z nich skorzystać każda gmina w Polsce.

To pieniądze przeznaczone przez rząd na: drogi, wodociągi,
ekologię, edukację dzieci i obiekty sportowe.

Bo Twoja okolica zasługuje na wielkie inwestycje.

Rządowy Fundusz Polski Ład Program Inwestycji Strategicznych.
Po prostu inwestujemy w Polskę.

Program realizowany jest poprzez promesy inwestycyjne
Banku Gospodarstwa Krajowego.

www.bgk.pl



Będą nowe limity stężenia chemikaliów w odpadach

Bruksela

Tomasz Dereszyński
t.dereszynski@polskatimes.pl

Komisja Europejska przyjęła w czwartek wniosek w sprawie ochrony zdrowia ludzkiego i środowiska przed niektórymi spośród najbardziej szkodliwych substancji chemicznych, tzw. trwałymi zanieczyszczeniami organicznymi (TZO) w odpadach. Wniosek zaostrza istniejące limity dla tych chemikaliów w odpadach, uniemożliwiając ponowne wprowadzenie ich do gospodarki.

- Czynimy kolejny krok w kierunku realizacji naszej obietnicy wyeliminowania najbardziej szkodliwych zanieczyszczeń z naszego życia codziennego. Usunięcie trwałych substancji chemicznych z odpadów ma zasadnicze znaczenie dla ochrony naszego zdrowia i środowiska. Rygorystyczne limity dla tych substancji są również potrzebne do wspierania nietoksycznych materiałów wtórnych wysokiej jakości, które można bezpiecznie stosować w ramach rozwijającej się gospodarki o obiegu zamkniętym - powiedział Virginijus Sinkevičius, komisarz ds. środowiska, oceanów i rybołówstwa.

Trwałe zanieczyszczenia organiczne to substancje chemiczne o właściwościach toksycznych, które pozostają w środowisku przez bardzo długi czas, gromadzą się w łańcuchach pokarmowych i mogą szkodzić zdrowiu ludzkiemu i środowisku. Celem dzisiejszego wniosku jest wyeliminowanie lub zminimalizowanie emisji TZO z odpadów. Choć TZO nie są już stosowane do produkcji, nadal można je znaleźć w odpadach pochodzących z niektórych produktów, np. wodoodpornych materiałów włókienniczych, mebli, tworzyw sztucznych i sprzętu elektronicznego.

We wniosku Komisja Europejska proponuje wprowadzenie rygorystycznych limitów dla następujących trzech substancji lub grup substancji w odpadach:

- kwasu perfluorooktanowego (PFOA) oraz jego soli i powiązanych związków - występują one w wodoodpornych materiałach włókienniczych i piankach gaśniczych;
- dikofolu - pestycyd niegdyś stosowany w rolnictwie;
- pentachlorofenolu, jego soli i estrów - występują one w impregnowanym drewnie i tkaninach.

Ponadto Komisja Europejska proponuje zaostrzenie limitów w odpadach dla pięciu kolejnych substancji lub grup substancji, które już podlegają regulacji.

Wniosek jest ważnym krokiem w kierunku przejścia na gospodarkę o bardziej zamkniętym obiegu, zapowiedzianej w planie działania UE dotyczącym gospodarki o obiegu zamkniętym. Przyчини się on do realizacji planu działania na rzecz eliminacji zanieczyszczeń w ramach Europejskiego Zielonego Ładu oraz strategii w zakresie chemikaliów na rzecz zrównoważoności wraz z działaniami dotyczącymi tzw. wiecznych chemikaliów, czyli substancji per- i polifluoroalkilowych (PFAS).

Zgodnie z rozporządzeniem odpadami zawierającymi TZO należy zarządzać w sposób racjonalny ekologicznie, aby ograniczyć wpływ na zdrowie ludzi i środowisko do minimum. Emisje TZO do powietrza, wody i gleby należy ograniczać, a w końcu całkiem je wyeliminować. Należy również ograniczyć do minimum uwalnianie substancji toksycznych do środowiska. Powstałe materiały wtórne powinny być zawsze bezpieczne i w miarę możliwości wolne od substancji toksycznych.



Trwałe zanieczyszczenia organiczne o właściwościach toksycznych mogą bardzo szkodzić zdrowiu ludzi

Śledztwo w USA. Chaos na planie westernu skończył się tragedią

Santa Fe

Kazimierz Sikorski
k.sikorski@polskatimes.pl

David Halls, asystent reżysera, który podał broń Alecowi Baldwinowi, może spodziewać się zarzutów. Przyznał, że nie sprawdził wcześniej pistoletu.

Przesłuchiwany na okoliczność tragicznego wypadku na planie westernu w Kalifornii asystent reżysera wyznał, że nie sprawdził broni, którą podał aktorowi, choć powinien to zrobić.

Kiedy Alec Baldwin wystrzelił 21 października, kula zabiła operatorkę Halynę Hutchins i raniła reżysera filmu Joela Souś. Tym samym David Halls stał się jednym z podejrzanych, któremu mogą być postawione zarzuty w tej sprawie. Zznał on również, że widział trzy pociski w pistolecie, nie sprawdził jednak, czy były to ślepe naboje, czy ostre.

Kiedy Hannah Gutierrez przekazała mu pistolet, Halls nie dopełnił kolejnych procedur, choć powinien pistolet sprawdzić, ale nie zrobił tego i nie mógł sobie przypomnieć, czy zakreślił bębenkiem. Pewne jest, że przekazując broń Baldwinowi, powiedział, że pistolet jest zimny, co znaczyło, że jest bezpieczny i nie zawierał ostrej amunicji.

Gutierrez z kolei, która była odpowiedzialna za bezpie-



Śledczy stanu Nowy Meksyk mają pełne ręce roboty. Opinia publiczna codziennie dowiaduje się o mrozących krew w żyłach szczegółach z planu westernu

Gubernator stanu Nowy Meksyk ponownie wezwał branżę filmową do przyjęcia nowych kompleksowych protokołów bezpieczeństwa

czeństwo broni palnej używanej na planie filmowym mówiła, że należało, aby podczas pracy przy kręceniu westernu na planie nigdy nie trzymano ostrej amunicji - czytamy w jej oświadczeniu.

Dodała ona również policji, że sprawdziła pistolety i upewniła się, że nie mają ostrej amunicji. Dodała, że trzy pistolety użyte na planie filmowym tego

popołudnia zostały zamknięte w „wózku rekwizytowym” podczas przerwy obiadowej załogi.

Kolejny wywiad z reżyserem Joelem Souza rzucił więcej światła na i tak już niespokojny plan filmowy. Okazało się, że dzień pracy zaczął się późno, bo ekipa kamerzystów została wymieniona. Ci, którzy zrezygnowali z pracy przy tym filmie, powołali się na kwestie bezpieczeństwa i finansowe przy produkcji westernu, którego budżet wynosił zaledwie siedem milionów dolarów.

Tymczasem gubernator stanu Nowy Meksyk ponownie wezwał branżę filmową do przyjęcia nowych kompleksowych protokołów bezpieczeństwa, które powinny obo-

wiązywać także na planie filmu, w którym gra Alec Baldwin.

Biuro szeryfa poinformowało, że tuż przed zastrzeleniem Hutchins i ranieniu Souzy Baldwin dostał jeden z trzech pistoletów, które były na wózku z rekwizytami. W tym czasie Baldwin ćwiczył scenę wyciągania pistoletu do strzału. Halls powiedział mu, że pistolet jest „zimny”. W oświadczeniu detektywa Joela Cano napisano, że Halls nie wiedział, że w pistolecie są ostre pociski.

Przypomina się jednak, że doświadczony Halls został zwolniony z pracy przy jednym z filmów z powodu niedociągnięć z przechowywaniem broni.

Niepodległość odzyskiwana do dziś... Pamiętajmy o Święcie Niepodległości

Historia

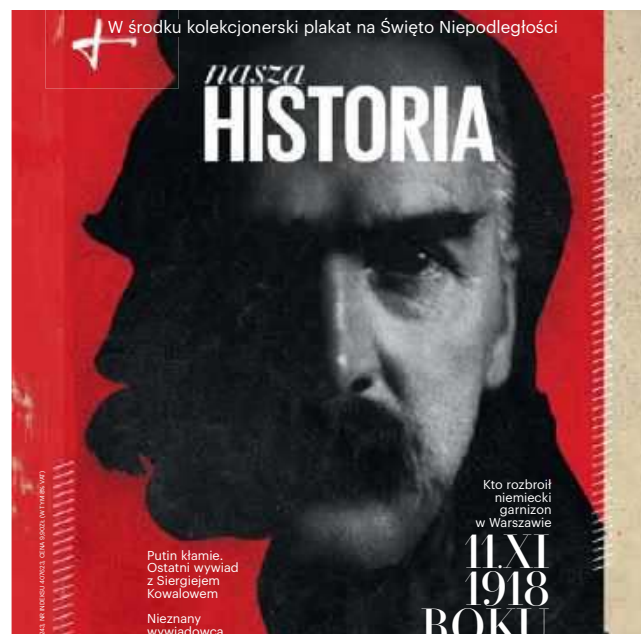
Tadeusz Płużański
tadeusz.pluzanski@polskapress.pl

Dlaczego 11 listopada obchodzimy Narodowe Święto Niepodległości?

Niby wszystko oczywiste, Piłsudski wraca z Magdeburga, ale jednak... Pamiętajmy, że święto zostało ustanowione dopiero w kwietniu 1937 r. i do wybuchu II wojny światowej było celebrowane tylko dwa razy.

A konserwatyści i narodowcy optowali za 7 października. Skąd ta data? Wtedy Rada Regencyjna ogłosiła deklarację niepodległości.

Piszemy o wielkiej wiktoryi przyszłego króla Jana Sobieskiego - bitwie pod Chocimiem 1673 r. Ale żeby nie było tak cukierkowo, przypominamy też Powstanie Listopadowe, które



Piłsudski wraca z Magdeburga, niby wszystko oczywiste, ale.. Niepodległość przed II wojną światową tylko dwa razy

- nawiązując do dorobku historyka Jerzego Łojka - mogliśmy wygrać, gdyby nie ówczesna zdrada elit (skąd my to znamy?).

Wracamy do czasów okupacji sowieckiej i ważnych miesięcy, kiedy narastał opór przeciw władzy narzuconej z Moskwy: października 1956 r. i marca 1968 r.

W kontekście Rosji jako prawnego i moralnego kontynuatora Związku Radzieckiego polecam wywiad z Sergiejem Kowalowem, rosyjskim naukowcem i dysydem, zmarłym 9 sierpnia 2021 r. w Moskwie.

Kiedy powstanie superprodukcja o Pileckim? - pytamy w rozmowie z Jackiem Fairweatherem, autorem bestsellerowej książki „Ochotnik. Prawdziwa historia tajnej misji Witolda Pileckiego”.

A kto łączy rotmistrza z jego wywiadowcą - Makarym Sieradzkim? Średniowieczny mistyk - Tomasz a' Kempis i jego niewielka, a jakże ważna książka: „O naśladowaniu Chrystusa”.

Jest już nowy tomograf w szpitalu na Pomorzanach

Leszek Wójcik

leszek.wojcik@polskapress.pl



Zdrowie

Na badanie tomografem komputerowym w szpitalu na Pomorzanach czeka się obecnie nie dłużej niż dwa tygodnie. Czas oczekiwania skrócił się znacząco dzięki uruchomieniu nowego urządzenia.

Nowy tomograf jest jednym z najlepszych i najnowocześniejszych jednoźródłowych (tzn. z jedną lampą) aparatów TK dostępnych na rynku. Można nim wykonywać zarówno rutynowe badania diagnostyczne, jak i te bardziej złożone, wykonywane np. w diagnostyce onkologicznej czy kardiologicznej.

- Jeden obrót gantry, czyli głównej części tomografu - obudowy, do której na ruchomym stole wjeżdża pacjent podczas badania, zajmuje tylko 0,28 s - tłumaczy Bogna Bartkiewicz, rzeczniczka prasowa



Tomograf SOMATOM Edge Plus w pracowni Tomografii Komputerowej Zakładu Diagnostyki Rentgenowskiej szpitala klinicznego nr 2 w Szczecinie

Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego nr 2 PUM.

- To umożliwia uzyskanie doskonałej rozdzielczości czasowej i pozwala na znakomite obrazowanie serca i naczyń bez jakichkolwiek artefaktów - podkreśla rzeczniczka. - Skaner wyposażony jest w szereg technik CARE, ograniczających dawkę

promieniowania otrzymywaną przez pacjenta.

Nowy aparat doskonale uzupełnia pracujący do tej pory sprzęt w Pracowni Tomografii Komputerowej. Jest już drugim działającym tam tomografem. Dzięki niemu czas oczekiwania na badania znacząco się skrócił. Obecnie termin badania można

umówić w przeciągu kilku dni.

- Czas oczekiwania na opis wynosi do dwóch tygodni - podaje Bogna Bartkiewicz.

Obecnie Pracownia umożliwia wydajną diagnostykę, m.in.: chorób naczyń tętniczych i żylnych całego ciała, chorób serca, mózgowia czy chorób klatki piersiowej.

AUTOPROMOCJA

ŚRODA
JEST
DLA ZDROWIA



z dodatkem Strona Zdrowia

GŁOS
SZCZECIŃSKI

REKLAMA

0010297221

**TANI
WĘGIEL**
Eko Energia Szczecin
ul. Seklana 3, Podgumy
www.zawszetani.pl
☎ 91 471 21 34
668 394 388

	PAŹDZIERNIK
KOSTKA	1060
ORZECH	1060
GROSZEK	1030
GROSZEK 10-25 (ekogroszek)	1060

**OGRZEJ SIĘ Z NAMI
TEJ ZIMY**

REKLAMA

0010304208

PROMEDICA24

NOWE OFERTY. WYŻSZE STAWKI!
PRACUJ JAKO OPIEKUNKA SENIORÓW W NIEMCZECH

ZGARNIJ ŚWIĄTECZNY BONUS, NAWET 350€ I WYPEŁNIJ WOREK PREZENTAMI!

SPRAWDŹ NASZE LICZNE BONUSY

350 € BONUS ŚWIĄTECZNY | **200 €** ZA PRZEJŚCIE | **-150 €** ZA POLECENIE OPIEKUNÓW

ZADZWOŃ! SZCZECIN. TEL 514781657

REKLAMA

0310277254

esoleo
NIESKOŃCZONA ENERGIA

należy do:



WŁASNY PRĄD BEZ PODWYŻEK

3000zł

rabatu na fotowoltaikę
ESOLEO*



Światowa jakość, lokalne ceny

Wybierz ESOLEO, które zbudowało największą farmę fotowoltaiczną w Europie Środkowej – o mocy 70 MWp. Nasi eksperci są w całej Polsce, a teraz mogą wykonać instalację w Twoim domu.

Załatwimy wszystko za Ciebie

Pomożemy Ci na każdym etapie inwestycji, załatwimy formalności i możemy pomóc w pozyskaniu finansowania – oszczędności mogą być większe niż raty za fotowoltaikę już w 1 roku po instalacji!

Jesteśmy blisko Ciebie

Wejdź na www.esoleo.pl, zostaw nam swój numer, a nasz Doradca Klienta z Twojej okolicy, zadzwoni i umówi się z Tobą na bezpłatny audyt.

*Dotyczy Promocji „Własny prąd bez podwyżek”. Regulamin Promocji dostępny na www.esoleo.pl/regulaminy. Promocja trwa do 30.11.2021 r.

www.esoleo.pl

OD **WĘGLA**
KOKSOWEGO
DO **STALI**

EUROPEJSKI ZIELONY ŁĄD

ZACZYNA SIĘ W



0,56 t

WĘGIEL KOKSOWY

0,40 t

KOKS

1 tona

STAL

Urna czy trumna? Co drugi Polak
chce być skremowany

str. 14

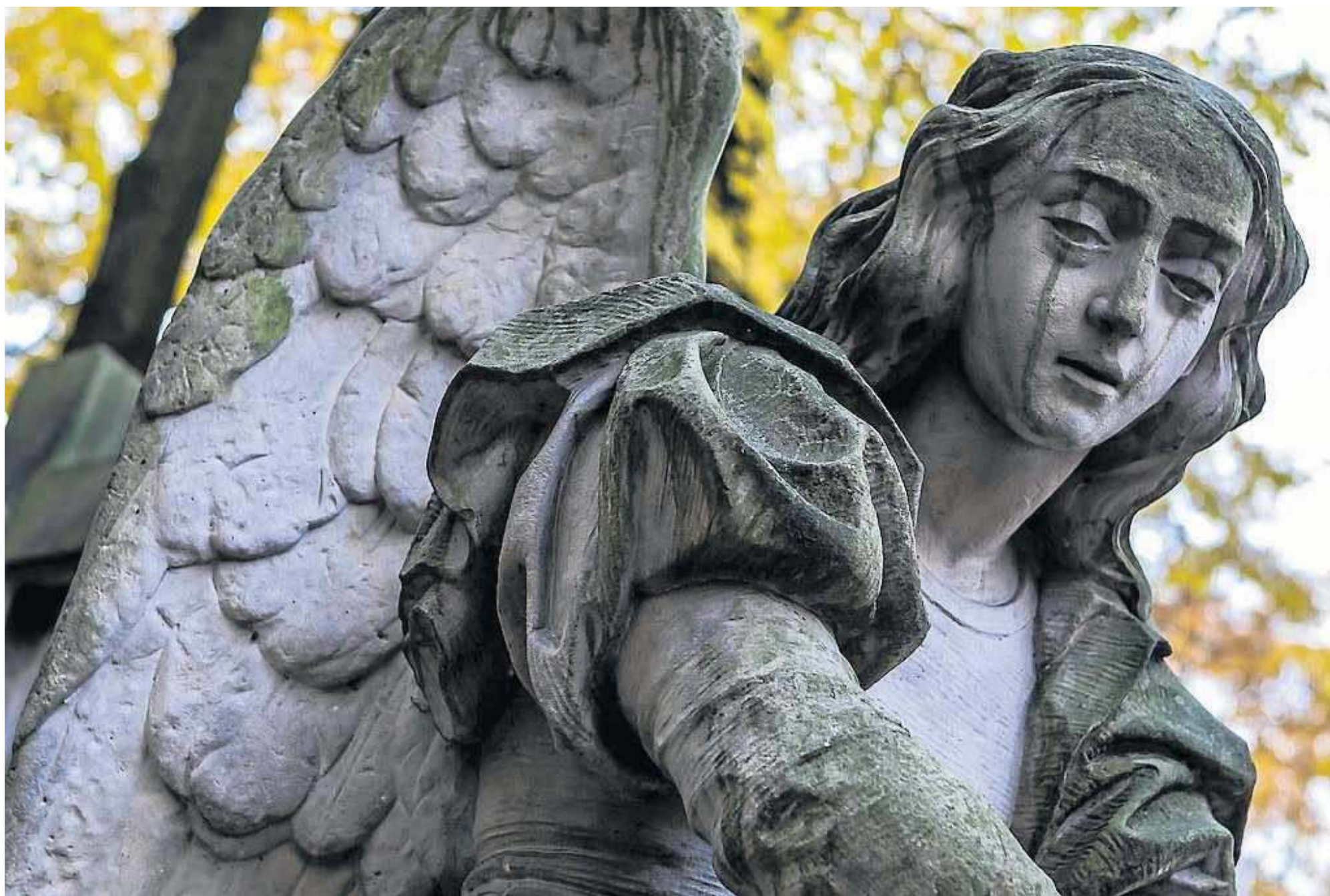
W tym roku odeszło wielu
znanych i lubianych

str. 16 - 18

Zmieniła monarchię a poddani
wciąż ją kochają

str. 21

magazyn



FOT. ARCHIWUM

- Jeśli już zostaliśmy powołani do istnienia, to nie mamy wyjścia, to śmierć jest potrzebna. Czas jest tylko jakąś maską śmierci - mówi profesor Zbigniew Mikołajko, filozof, etyk

Profesor Zbigniew Mikołajko: Czas jest tylko metaforą przemijania i śmierci

str. 12

Prof. Zbigniew Mikołajko: Czas jest tylko metaforą przemijania i śmierci

– Jeśli już zostaliśmy powołani do istnienia, to nie mamy wyjścia, to śmierć jest potrzebna. Trzeba sobie jasno powiedzieć – czas jest tylko jakąś maską śmierci – mówi prof. Zbigniew Mikołajko, filozof, etyk

Dorota Kowalska

dorota.kowalska@polskapress.pl



Rozmowa

Panie profesorze, robi sobie pan nad grobami bliskich rachunek sumienia?

Nie, nie robię sobie rachunku sumienia nad grobami bliskich. Moja myśl jest raczej skierowana wtedy ku tym, którzy w tych grobach leży. Zresztą to u mnie jest bardzo trudne, bo groby moich bliskich są daleko – poza grobem teścia. On jest najbardziej dostępnym z grobów bliskich mi osób, bo grobem warszawskim. Natomiast groby moich dziadków są aż w Lidzbarku Warmińskim, daleko. Ale nawet jak tam jestem, nad ich mogiłą, nie o rachunek sumienia mi chodzi, ale o wspomnianie drogiej mi osób.

Ale nad grobami przychodzi refleksja, uświadamiamy sobie, że wszystko przemija, prawda? Że nic nie jest nam dane raz na zawsze.

To jest paradoksalne, że nie dopada mnie to nad grobami. Jasne oczywiście, że nad nimi przychodzą rozmaite refleksje – metafizyczne, egzystencjalne. Człowiek jest osaczony przecież przez chmurę grobów na każdym cmentarzu. Raczej robi więc na mnie wrażenie powszechność śmierci. Człowiek przychodzi na cmentarz z kipiącego życia, przychodzi do miejsca, na którym są tylko świadectwa życia, które było. Jednocześnie jest też i jakieś życie na cmentarzach, zieleńią się drzewa, polatują i gadają ptaki, przychodzą ludzie, którzy chcą oddać pamięć swoim bliskim. Spotykałem zresztą w życiu osoby, które lubią chodzić na cmentarze z różnych, chociażby po to, żeby wyjść z takiej „bieżączki” dnia, żeby się zanurzyć w czas, który jest na swój sposób wiekuisty, na swój sposób niezmienny, bo już nikt tych wszystkich zmarłych nie przywróci do życia. Oni tkwią w każdej swoistej, wiecznej nieobecności.

Tylko jak sobie tę śmierć bliskich osób tłumaczyć? Jak sobie radzić z bólem ich odejścia?

Nie ma żadnej na to rady. We współczesnej kulturze istnienie, i owszem, tendencja, żeby sobie poradzić za wszelką cenę z bezradnością wobec tego, co i tak straszne i nieuniknione, czyli wobec śmierci. Ta kultura podsuwa złudzenia, że można za pośrednictwem jakichś technik psychologicznych, jakichś koncepcji duchowych czy medykacji cierpienia z taką bezradnością poradzić. Ale to nie jest możliwe. I musimy doświadczyć naszej bezradności w całej jej bezwzględnej wymowie, nie dając się zarazem wynicować przez żalobę. Nie dać się przez nią pochwytać aż do zatracenia. Tak jak wielki myśliciel Roland Barthes, który był głęboko związany z matką. On wszedł w taki stan żalu i rozpacz, opisany zresztą w jego „Dzienniku żalobny”, który sprawił, że sam wkrótce podążył za nią w śmierć. Tak, znamy takie stany doświadczane przez ludzi, ale i zwierzęta, które idą za swoimi ukochanymi właścicielami.

Tak, znamy takie opowieści, są ich dziesiątki!

W jednym z opowiadań Ksawerego Pruszyńskiego jest mowa o koniu pewnego arabskiego jeźdźcy, który, kiedy jego pan zginął w bitwie, odprowadził tego pana do grobu, a następnie pędem pognął do przepaści i w nią skoczył. To wstrząsające!

Więc zapytam raz jeszcze: jak sobie z poczuciem bezradności, bólu po stracie kogoś bliskiego radzić?

Ja doświadczam niepewności, bezradności i żalu – i już. I myślę, że wielu ludzi także. A tego nie da się z nas wyrwać, jak jakieś plamy. Wyrata osoby bliskiej jest utratą radykalną, absolutną, ostateczną. Nie mam zatem żadnej recepty, żadnego pomysłu na pocieszenie. A tym bardziej takiego pomysłu, który byłby pomysłem uniwersalnym, odpowiednim dla każdego z nas. Pozostaje to zatem, co jest najbardziej banalne, doszczętnie wyświechtane, bo kryje się w tym jakaś odwieczna mądrość: że czas leczy rany. Czas, czyli samo życie, same konieczności życiowe, sama egzystencja doraźna. Jedyną więc receptą, jeśli już jej szu-

kać, to staranie nasze, aby osoba, która doznała straty, nie dała się przez jej poczucie całkowitego obezwładnić, zagarnąć, zanurzyć w śmierci aż do zatracenia. Nie wierzę tym samym w możliwość konsolacji całkowitej. Nie da się przecież osoby zmarłej przywrócić do istnienia. A konsolacja całkowita to właśnie przywrócenie do istnienia tego kogoś, kto umarł. Oczywiście, osoby głęboko religijne, dzisiaj o takie naprawdę trudno w naszym świecie, mogą mówić, że kiedyś się spotkają z kimś, kto odszedł. Można do tego apelować w przypadku ludzi wierzących, ale mimo wszystko bolesność utraty w tych właśnie przypadkach jest nie do odparcia. To nie jest tylko to, że ten ktoś zniknął, ale również obumarł też kawał nas samych, zwłaszcza jeśli byliśmy z kimś związani głęboko. Tak, również i kawał nas samych został bezpowrotnie utracony... To zresztą nawet nie musi być osoba nazbyt bliska. Może też chodzić o kogoś, kto był jakoś zawsze w pobliżu, a teraz już go nie ma, to może być także osoba publiczna.

To odchodzenie bliskich z jednej strony budzi w nas takie uczucia, o których rozmawiamy, a z drugiej strony – uświadamia nam, że trzeba się cieszyć każdą daną nam chwilą, brnąć z życia i się dać, prawda?

Oczywiście! Rzecz jasna nie za wszelką cenę i nie grabieżczo, ale myślę, że nie to ma pani na myśli.

Nie to! Mam na myśli zwyciężającą radość życia.

Wiem, chodzi pani o coś pozytywnego, o coś, co polega na budowaniu sensu własnego życia, nie tylko własnego, nie tylko tego, które jest wokół nas. O tym opowiada najbardziej pokrzepiająca książka, jaką znam i jaką często wspominam – „Colas Breugnon” Romaina Rollanda, której bohater w ciągu jednego roku utracił własną żonę, własny dom i nogę. Ta powieść jest ułożona w cykl miesięczny i w ostatnim miesiącu Colas Breugnon siada do wieczerzy wigilijnej, ciesząc się życiem razem ze swoją ukochaną córką, ze swoją ukochaną wnuczką. Nawet ze swoimi synami, za którymi średnio przepada, najogłęd-

niej mówiąc. A po drodze w jego przypadku, mamy cały czas nieszczęścia utraty i cierpień, ale przy tym afirmację życia w każdej okoliczności. Czasami bohater jest ironiczny, kiedy na przykład wyszedłszy z jakiejś biesiady, opowiada takimi słowami: „Przyłączyłem się do pogrzebu jakiegoś jego mościa, który za pozwoleniem swojego proboszcza udawał się na pobliski cmentarz.” Ale też biesiaduje, zajmuje się sztuką, snuciem opowieści, życiem towarzyskim, angażuje się w różne sprawy społeczne – jest tam wszystko, on ma też bogate życie uczuciowe. Możemy powiedzieć, że to twór literacki, ale on został osnut na pamiętniku prawdziwego Romaina Rollanda, więc ma jakieś zakorzenienie w czymś, co było rzeczywiste. W jakimś rzeczywistym doznaniu.

Paradoksalnie, z drugiej strony, perspektywa życia wiecznego, tu na Ziemi, mogłaby być dla nas nieznosna. Nie uważa pan?

Ależ oczywiście! Zarówno śmierć, jak i wieczność, gdyby została nam dana, są jednakowo przerażające. Trochę mowa o tym u Tolkiena, kiedy władca elfów, Elrond, usiłuje odwieść swoją córkę Arwenę od związku z Aratorem. I mówi córce, że kiedy jej ukochany umrze, ona będzie żyła w coraz większych ciemnościach duchowych i coraz głębszej samotności – wszystko bowiem wokół będzie niszczało, upadało, pogrążało się w śmierci, a ona nie. I zostanie z tą swoją wiecznością wobec potwornego, umierającego nieustannie świata, będzie patrzeć boleśnie tylko na śmierć i śmierć, na odchodzenie w nicłość wszystkiego wokół, nawet grobów. Możliwa oczywiście do wyobrażenia jest inna wieczność, kiedy nic nie przemija. Nie tylko my. Ale co to znaczy? Że świat jest nieruchomy, prawda?

Bo dzisiaj mamy świadomość jakiegoś początku, środka, końca – jakiegoś porządku.

A tak tkwilibyśmy w życiu (czy to byłoby w ogóle życie?) niczym mucha w bursztynie... I co poza tym? Właściwie nie byłoby ani nadziei, bo nadzieja jest związana z przyszłością,

ani poczucia własnej tożsamości, bo ona się buduje przez jakąś przeszłość, przez doznania, które w sobie gromadzimy, przez zmiany, których doświadczamy w dotychczasowym życiu, przez pamięć o stawianiu się i odchodzeniu wszechrzeczy. Bylibyśmy więc wydani tylko na łup tych samych, niewzruszonych wrażeń bez znaczenia – raz tylko, na stałe, zjawionych, właściwie bez świadomości i pamięci, bo gdybyśmy je gromadzili, gdybyśmy je sobie uświadamiali i byśmy je pamiętali, to byśmy też przemijali. To na tym polega: albo przemijanie jest absolutnie, albo go nie ma.

Tylko idąc tą drogą, dojdziemy do wniosku, że śmierć jest właściwie potrzebna.

Jeśli już zostaliśmy powołani do istnienia, to tak, to nie mamy wyjścia, to śmierć jest potrzebna. Dochodzimy do takiego bolesnego wniosku, że lepiej byłoby nie istnieć, może. Powstanie świata jest jednocześnie wydaniem świata na przemijanie i śmierć. Czas jest tylko metaforą przemijania i śmierci. To trzeba sobie jasno powiedzieć – czas jest tylko jakąś maską śmierci. Zresztą greckie pojęcie czasu – Chronos – odsyła do bóstwa, które było bóstwem pożerającym, pożerającym własne dzieci.

Dobrze, ale skoro śmierć jest potrzebna, nieuchronna, to dlaczego tak bardzo się na nią nie godzimy?

Bo śmierć oznacza wejście w absolutną pustkę. Z różnych względów się na tę śmierć nie godzimy. Po pierwsze więc, tracimy wszystko, co było nasze: życiowe doświadczenie, życiową przygodę, cierpienia także, ale i radości naszego życia. Tracimy wszelkie więzi z innymi. Jednocześnie jest w nas gdzieś niepokój przed samym umieraniem i przed tą pustką. Proszę wyobrazić sobie sytuację, w której wszystko istnieje: ptaki śpiewają, ludzie spacerują, kłócą się, że powstają nowe filmy i książki, a obłoki płyną po niebie, że dzieją się rzeczy straszne i piękne, wszystko w wielkim splątaniu, ale my już na to nie patrzymy, już tego nie doświadczamy. Utracilibyśmy to wszyst-

ko razem z momentem śmierci. Na swój sposób nawet wyobrażenia religijna, taka naiwna, z wizjami raju pełnego różnych przyjaznych rozkoszy i wpatrywania się w oblicz bóstw nie jest pocieszająca w tej materii.

Wydaje mi się jednak, że osobom wierzącym jest łatwiej, bo dla nich istnieje coś po tym, co na Ziemi, dla osób niewierzących to życie jest jedyną, po nim nie ma już absolutnie nic.

W tym sensie ma pani rację, ale z perspektywy długiego już życia wiem, że również osoby wierzące wołałyby nie umrzeć. Niezależnie od tej nadziei. Wszystkie zresztą kultury w obliczu śmierci wypracowały rozmaite formy przeżywania rozpaczy, żalu, żaloby, utraty – kulturowe, społeczne, indywidualne. Często bardzo radykalne, często bardzo skrajne, drastyczne. Niezależnie od tego, czy są to kultury mniej czy bardziej religijne, czy zupełnie świeckie – wszystkie one, z jakiejś racji, boją się śmierci i odchodzenia. Rzadkie i peryferyjne są takie przykłady kultur, w których śmierć i to, co po śmierci, jest bardziej prawdziwe i bardziej ważne niż to, co tutaj i teraz. Były takie kultury, dzisiaj prawie ich nie ma, może gdzieś wśród Indian Ameryki Południowej czy gdzieś na Nowej Gwinei jeszcze istnieją. Ale one nie są powszechne, tylko ogromnie marginalne – powszechność polega na rozpaczy, żalu i przerażeniu. Niezależnie od religijności i stopnia jej przeżywania.

CV



PROF. ZBIGNIEW MIKOŁAJKO

Filozof i historyk religii, eseista, kierownik Zakładu Badań nad Religią w Instytucie Filozofii i Socjologii PAN.

FOT. BARTEK SYTA



Zdrowie z NFZ



Narodowy Fundusz Zdrowia
Zachodniopomorski Oddział Wojewódzki w Szczecinie

Masz 40 lat i więcej? Koniecznie zapisz się na badania

Profilaktyka 40 PLUS

„Profilaktyka 40 PLUS” jest to program dla osób, które skończyły 40 lat. Aby ułatwić dalszą diagnostykę i leczenie, NFZ płaci za wszystkie porady u lekarzy specjalistów.

Głównym celem programu jest odbudowa zdrowia Polaków w związku z pandemią COVID-19. Dzięki badaniom profilaktycznym można wykryć chorobę bardzo wcześnie i uniknąć długotrwałego, a czasem nieskutecznego leczenia, które jest konsekwencją zbyt późnej diagnozy. Realizacja programu pilotażowego ma trwać do 31 grudnia 2021 r.

Cel, jaki przyświeca Ministerstwu Zdrowia we wdrażaniu Programu Profilaktyka 40 PLUS, to wprowadzenie kompatybilnego programu, którego początek stanowi wykonanie badań,

a kolejny etap polegający na zwiększeniu dostępu do specjalistów umożliwi podniesienie standardów opieki zdrowotnej osób po 40. roku życia.

Kto może skorzystać z tego programu

Zgodnie z założeniami tego programu każdy Polak, który ma 40 lat lub więcej, może skorzystać z pakietu badań diagnostycznych obejmującego od 6 do 12 rodzajów różnych badań. Badania będą są realizowane w placówkach, które mają na to umowę z NFZ (ich listę zamieszczamy na stronie III - obok). Aby skorzystać z programu skorzystać pacjent wypełnić ankietę umieszczoną w Internetowym Koncie Pacjenta lub dzwoni pod numer telefonu 22 735 39 53. Na podstawie ankiety oceniane są czynniki ryzyka i wystawione elektroniczne skierowanie,

czyli e-skierowanie. Ponadto jest także przewidziana możliwość wsparcia przez konsultanta w ramach infolinii Domowej Opieki Medycznej.

Więcej o programie „Profilaktyka 40 PLUS” można się dowiedzieć pod numerem telefonu: **22 737 39 53** (opłaty za połączenie - zgodnie z taryfą operatora).

Kto się jeszcze kwalifikuje do programu

Przede wszystkim do programu pilotażowego kwalifikują się osoby, które w roku przeprowadzenia programu pilotażowego ukończyły 40. rok życia (uwzględniany jest rok urodzenia), ale także osoby, które jeszcze nie korzystały ze świadczeń udzielanych w ramach programu pilotażowego.

Na badania mogą się także zapisać osoby, które odpowie-

działy na pytania ankietowe programu pilotażowego za pośrednictwem infolinii oraz te, które posiadają czynniki ryzyka choroby układu krążenia - warunek wykonania badania kontrolnego profilu lipidowego, a także posiadają czynniki ryzyka cukrzycy - warunek wykonania badania kontrolnego poziomu glukozy na czczo lub hemoglobiny glikowanej HbA1c (z krwi), posiadają czynniki ryzyka raka jelita grubego - warunek wykonania badania w kierunku obecności krwi utajonej w kale.

Wzrost dostępność lekarzy specjalistów

Od 1 lipca tego roku został zniesiony także limit przyjęć do lekarzy specjalistów. Dzięki temu można szybciej skorzystać z wizyty u specjalisty, zwiększył się również dostęp do specjalistycznych badań.

Dlaczego badania profilaktyczne są tak ważne

Profilaktyka 40 PLUS

Zapytaliśmy lekarzy dlaczego warto się badać.



Małgorzata Kowalczyk-Kram, lekarz, specjalista medycyny rodzinnej

Profilaktyka to szerokie działania mające na celu zarówno zapobieganie chorobom jak i zapobieganie rozwojowi chorób już istniejących. Czynniki, które zdecydowanie determinują nasze zdrowie, to styl naszego życia. Trudno nam się do tego przyznać, ale przecież wszyscy wiemy, że swój los mamy we własnych rękach, a nawet nogach. Aż połowa sukcesu zdrowia, 50 proc. (!), zależy od naszego stylu życia. Chętnie cytujemy za Janem Kochanowskim „Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie, jako smakujesz, aż się zepsujesz”, tyle, że nie stosujemy prostej zasady płynącej z fraszki: DBAJMY o zdrowie dzisiaj, gdyż nie dbając z pewnością doświadczymy dotkliwego efektu.

Swoim pacjentom wyjaśniam, że dbać o zdrowie z pewnością potrafią, na pewno mogą się tej dbałości nauczyć. W każdym wieku, w każdej chwili mogą wprowadzić małą zmianę w stylu życia. Dlaczego bowiem nie zadbać o siebie niemal tak dobrze jak o własny samochód, który cyklicznie zabieramy na przegląd? Dlaczego nie potraktować swojego zdrowia jako dobra, które warto pielęgnować? Wszystkim polecam „przegląd” w postaci na przykład badań wynikających z bilansu 40 Plus. I stałe, małe kroki zmian stylu życia, wykonywane regularnie. Mała zmiana (spacer, więcej warzyw, mniej czerwonego mięsa, unikanie alkoholu, napojów słodzonych) może spowodować, że nasz dobrostan się poprawi, będziemy mieć więcej energii, więcej siły. Że łatwiej stawimy czoła przeciwnościom. W końcu: dbające o zdrowie społeczeństwo łatwiej pokona niejedną epidemię.



Wiesława Gozdur, lekarz, specjalista medycyny rodzinnej

Co nam daje stałe profilaktyczne troszczenie się o swój stan zdrowia? Daje nam pewność, że robimy wszystko, a w każdym razie odpowiednio dużo, by przyszłość nasza i naszych bliskich nie była zakłócana chorobami, ich skutkami i konsekwencjami. Bo choruje cała rodzina, nie tylko jeden pacjent. Jeśli czujemy się zdrowi, profilaktyka pozwoli na utrwalenie zdrowia, utrzymanie go. Lekarz rodzinny prowadzi pacjenta w zdrowiu i chorobie, poprzez działania profilaktyczne skłaniając do najdłuższego utrzymania dobrego stanu zdrowia. Lekarz będący przewodnikiem pacjenta może weryfikować, korygować działania zmierzające do utrzymania zdrowia i cały ten obszar działań jest profilaktyką.

Myślę, że dobrym rozwiązaniem, szczególnie dla pacjentów dojrzałych, a także pacjentów z już istniejącymi chorobami przewlekłymi, jest przekazywanie zaleceń, także dotyczących wskazanej profilaktyki, w formie pisemnej. Tu przydatne mogą być Indywidualne Plany Opieki, na których lekarz wskazuje nie tylko postawione rozpoznania, ale i zalecany sposób działania pacjenta: częstotliwość badań laboratoryjnych, potrzebę określonych badań profilaktycznych, czas wizyt kontrolnych.

Badajmy się! Podwyższony poziom glukozy, złego cholesterolu, kreatyniny nie boli, nie daje sygnałów. Czasami sądzimy, że czując się dobrze nie jesteśmy zagrożeni chorobą. Tymczasem niepostrzeżenie może się u nas rozpocząć cukrzyca, miażdżyca czy niewydolność nerek. Wczesne wykrycie nieprawidłowości może zapobiec rozwojowi groźnych dla życia chorób.

Znając swoje wyniki możemy coś zmienić w naszym stylu życia, w naszej diecie, a jeżeli to nie pomoże to po prostu możemy zacząć leczenie zanim choroby zniszczą zdrowie.



Dowiedz się więcej o programie „Profilaktyka 40 PLUS” pod numerem telefonu 22 735 39 53 i zapisz się na badania

Skorzystaj z całkowicie bezpłatnych badań i sprawdź swój stan zdrowia

Profilaktyka 40 PLUS

Program rządowy „Profilaktyka 40 PLUS” w naszym województwie ma charakter pilotażowy. Będzie działał tylko do końca tego roku.

Do programu profilaktyki kwalifikują się osoby, które m.in. odpowiedzą na pytania ankietowe programu za pośrednictwem: infolinii 22 735 39 53 - (w godzinach 8:00-18:00, koszt połączenia zgodny z taryfą operatora) lub za pośrednictwem Internetowego Konta Pacjenta.

Na podstawie ankiety zostaną ocenione czynniki ryzyka.

Świadczenia opieki zdrowotnej będą udzielane na podstawie skierowania w postaci elektronicznej wystawionego przez system. Zatem każdy uprawniony będzie mógł skorzystać z pakietu badań diagnostycznych w punkcie, który będzie realizował program „Profilaktyka 40 PLUS”. Wystarczy, że zgłosi się do placówki z dowodem osobistym (lista placó-

Pakiet nieodpłatnych badań diagnostycznych dla Polaków od 40. roku życia.

PROFILAKTYKA 40 PLUS

JAK SKORZYSTAĆ Z BADAŃ?

1. Zaloguj się do Internetowego Konta Pacjenta (IKP) na stronie pacjent.gov.pl.
2. Wypełnij ankietę Profilaktyki 40 PLUS.
3. Po jej uzupełnieniu wygeneruj e-skierowanie na pakiet badań*.
4. Zgłoś się na badania w placówce, która realizuje program. Weź ze sobą dowód osobisty.
5. Wyniki badań otrzymasz w placówce, w której zrobisz badania.

*generowanie e-skierowania przez system trwa do 2 dni roboczych.

Jeżeli nie korzystasz z IKP, możesz uzyskać e-skierowanie na pakiet badań za pośrednictwem infolinii Domowej Opieki Medycznej (DOM) pod nr tel. 22 735 39 53

BADAJ SIĘ I BĄDŹ ZDROWY!

Logos: POLSKI ŁĄD, Ministerstwo Zdrowia, NFZ

Badania, jakie proponowane są w ramach programu, są całkowicie bezpłatne

wek poniżej). Jednocześnie uprawnieni będą mieli prawo wyboru świadczeniodawcy spośród podmiotów, które zawarły umowę z NFZ o realizację programu pilotażowego.

Jakie badania będzie można wykonać w ramach programu?

Program zakłada realizację badań diagnostycznych w formie pakietów dedykowanych oddzielnie dla kobiet i mężczyzn oraz pakietu wspólnego.

Pakiet badań diagnostycznych dla kobiet zawiera:

- morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi;
- stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;
- stężenie glukozy we krwi;
- ALAT, AspAT, GGTP;
- poziom kreatyniny we krwi;
- poziom kwasu moczowego we krwi;
- krew utajona w kale - metodą immunochemiczną (iFOBT);

Pakiet badań diagnostycznych dla mężczyzn zawiera:

- morfologia krwi obwodowej odsetkowym i płytkami krwi;
 - stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;
 - stężenie glukozy we krwi;
 - ALAT, AspAT, GGTP;
 - poziom kreatyniny we krwi;
 - badanie ogólne moczu;
 - poziom kwasu moczowego we krwi;
 - krew utajona w kale - metodą immunochemiczną (iFOBT);
 - PSA - antygen swoisty dla stercza całkowity.
- Pakiet badań diagnostycznych wspólny (dla mężczyzn i kobiet):**
- pomiar ciśnienia tętniczego;
 - pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie oraz obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI);
 - ocena miarowości rytmu serca.

Adresy placówek zdrowia, gdzie możesz zrobić badania

Profilaktyka 40 PLUS

Zobacz gdzie możesz wykonać badania w swojej okolicy

* **Bezrzecze**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, ulica Górna, 18b, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 818 20 10

* **Będzino**, NZOZ Będzino S.C. Małgorzata Gasińska, Stanisław Celmer, Będzino, 18, pon.-pt. 8:00-18:00, 94 316 24 28

* **Białogard**, Diagnostyka S.A., ulica Lindego, 21A, pon.-pt. 7:00-11:00, sob. 8:00-10:00, 784 465 262

* **Choszczno**, NZOZ Wiatrow, ulica Niedziałkowskiego, 2b/5, pon.-pt. 8:00-18:00, 95 768 97 10

* **Choszczno**, NZOZ Znaczkowski, ulica Niedziałkowskiego, 2b/4, pon.-pt. 8:00-18:00, 95 768 97 10

* **Czaplinek**, BALTICMED Przychodnia Sp. z o.o., ulica Drahimska, 65A, pon.-pt. 8:00-18:00, 733 343 654

* **Goleniów**, ALAB Laboratoria Sp. z o.o., ulica Pocz-

towa, 43, pon.-pt. 7:30-11:00, 514 783 876

* **Goleniów**, Szpitalne Centrum Medyczne, Sp. z o.o., Nowogardzka, 2, pon.-pt. 8-18:00, 91 46 64 369, 91 46 64 368

* **Gryfino**, Diagnostyka S.A., 11 Listopada, 2A, pon.-pt. 7:00-11:00, sob. 8:00-11:00, 695 133 102

* **Kamień Pomorski**, Diagnostyka S.A., Kopernika, 26, pon.-pt. 7:00-11:00, 660 747 853

* **Koło**, ALAB Laboratoria Sp. z o.o., Ratuszowa, 3, czw. 10:00-11:00, 94 354 41 59

* **Koło**, Diagnostyka S.A., Kolejowa, 1, pon.-pt. 7:00-13:30, sob. 9:00-11:00, 663 685 563

* **Koszalin**, Affidea Onkoterapia Sp. z o.o., Chałubińskiego, 7, pon.-pt. 13:00-15:00, 22 44 11 111

* **Koszalin**, ALAB Laboratoria Sp. z o.o., Zwycięstwa, 8, pon., śr., pt. 10:00-11:00, 501 542 691

* **Koszalin**, Diagnostyka S.A., Głowackiego, 7, pon.-pt. 7:30-12:00, sob. 8:00-11:00, 94 341 33 99

* **Koszalin**, Diagnostyka S.A., T. Chałubińskiego, 7, pon.-pt. 7:00-12:00, sob. 8:00-11:00, 663 680 394

* **Koszalin**, SPZOZ MSWiA, ul. Szpitalna 2, pon.-pt. 8:00-10:00, 94 347 16 44

* **Koszalin**, Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska SPZOZ, Zwycięstwa, 204A, pon.-pt. 8:00-18:00, 94 306 70 60

* **Koszalin**, Zakład Opieki Zdrowotnej Medical Beta, H. Modrzejewskiej, 4, pon.-pt. 8:00-18:00, 94 34 11 049

* **Polanów**, Zespół Opieki Zdrowotnej w Polanowie, Bobolicka, 4, pon.-pt. 8:00-18:00, 94 318 83 99, 94 318 82 71

* **Police**, „Medika” Usługi Medyczne Sp. z o.o., Kuźnicka, 1, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 884 88 32

* **Stargard**, Diagnostyka S.A., Wojska Polskiego, 24, pon.-pt. 7:00-12:00, 91 578 76 60

* **Stargard**, Medis Przychodnie, ulica Główna, 2, pon., śr., pt. 8:30-10:00, 91 576 07 77

* **Szczecin**, ALAB Laboratoria Sp. z o.o., Wyzwolenia, 29, pon.-pt. 10:00-11:00, 91 307 95 77

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., 3 Maja, 25-27, pon.-pt. 7:00-12:00, sob. 8:00-10:00, 500 872 226

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., ulica Bohaterów Warszawy, 17/2, pon.-pt. 7:30-12:00, sob. 8:00-10:30, 91 433 50 61

W Szczecinie możesz zrobić badania w 17 punktach, w Koszalinie w 7 placówkach

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., Brązowa, 6, pon.-pt. 7:00-12:00, sob. 8:00-11:00, 517 610 751

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., Jodłowa, 21, pon.-pt. 7:00-11:00, sob. 8:00-10:00, 91 453 01 92

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., Polskich Marynarzy, 51/1, pon.-pt. 7:00-12:00, 663 682 483

* **Szczecin**, Diagnostyka S.A., Wojska Polskiego, 15, pon.-pt. 7:00-11:00, sob. 8:00-11:00, 533 033 379

* **Szczecin**, Lux Med Sp. z o.o., Mickiewicza, 128A, pon.-pt. 8:00-10:00, 91 487 44 81

* **Szczecin**, Lux Med Sp. z o.o., Niepodległości, 44, pon.-pt. 7:30-10:00, 22 33 22 888

* **Szczecin**, Lux Med Sp. z o.o., ulica Odzieżowa, 12A, pon.-pt. 8:00-10:30, 91 422 16 00

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, Derdowskiego, 28, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 453 01 84

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, 9-go Maja, 13, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 482 02 45

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, Szafera, 16-18, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 439 15 10

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, Miodowa, 45, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 426 12 58

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, Ledóchowskiego, 16, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 818 20 10

* **Szczecin**, Przychodnie Medycyny Rodzinnej „SZAFERA”, ulica Lubelska, 29, pon.-pt. 8:00-18:00, 91 439 15 10

* **Szczecin**, SP Szpital Kliniczny Nr 2 PUM, Powstańców Wielkopolskich, 72, 91 466 13 31

* **Szczecinek**, Diagnostyka S.A., Spółdzielcza, 6, pon.-pt. 7:00-11:00, 663 682 574

* **Świdwin**, Diagnostyka S.A., Wojska Polskiego, 22C/25-27, pon.-pt. 8:00-11:00, 94 364 38 99

* **Świnoujście**, BALTICMED Świnoujście Sp. z o.o., Lutycka, 2C/1, pon.-pt. 8:00-18:00, 502 510 947

* **Świnoujście**, Diagnostyka S.A., Dąbrowskiego, 4, pon.-pt. 7:30-11:00, sob. 8:00-10:00, 663 688 275

* **Świnoujście**, Szpital Miejski, punkt pobrania, ul. Dąbrowskiego 4, tel. 91 32 67 449; pon., śr., pt. 7:15-9:00; 15:00-17:00; wt., czw 7:15-9:00.

Mammografia

Mammografia to badanie, które pozwoli na wczesne wykrycie raka piersi. To badanie bezpłatne dla kobiet w wieku 50 - 69 lat (rocznikowo).

Ale tylko do tych, które nie korzystały z badania mammograficznego w ciągu ostatnich 24 miesięcy oraz do tych, które otrzymały pisemne wskazanie do wykonania ponownego badania mammograficznego po upływie 12 miesięcy. Powodem ponownego badania mogą być czynniki ryzyka: rak piersi wśród członków rodziny (u matki, siostry lub córki) oraz mutacje w obrębie genów BRCA 1 lub/i BRCA 2.

Badanie mammograficzne jest bezpłatne, nie wymaga skierowania. Kobieta może się zgłosić na nie sama lub po otrzymaniu zaproszenia. Na badanie należy przynieść poprzednio wykonane zdjęcia mammograficzne w celu porównania. Programem nie mogą być objęte kobiety, u których wcześniej zdiagnozowano w piersi zmiany nowotworowe o charakterze złośliwym.

Wynik w ciągu 15 dni roboczych

Badanie mammograficzne obejmuje wykonanie dwóch zdjęć każdej piersi oraz opis badania. Wydanie wyniku powinno nastąpić w ciągu 15 dni roboczych od daty wykonania badania. W przypadku konieczności wykonania dodatkowych badań, lekarz kieruje pacjentkę do etapu pogłębionej diagnostyki i informuje kobietę, gdzie takie badania są wykonywane.

W przypadku udzielania świadczeń w mammobusie, stanowisko postojowe mammobusu musi być zaplanowane tak, aby podczas udzielania świadczeń zapewnić pacjentkom odpowiednie zaplecze socjalne (szatnia/przebiezalnia, dostęp do toalety itp.).

Tryb wydawania wyników

Prawidłowy wynik badania, przy braku czynników ryzyka, może być przekazany pacjentce za pośrednictwem poczty, z zaleceniem ponownego zgłoszenia się na badanie po 24 miesiącach. Natomiast prawidłowy wynik badania, przy współistniejących czynnikach ryzyka

Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet w naszym kraju.

NFZ



Dla Pań w wieku od 50 do 69 roku życia - badania mammograficzne są bezpłatne w ramach programu zdrowotnego

Badanie profilaktyczne dla kobiet: wczesne wykrywanie raka piersi

określonych w programie, może być przekazany pacjentce za pośrednictwem poczty, z zaleceniem zgłoszenia się na kolejne badanie po 12 miesiącach.

Z kolei w przypadku nieprawidłowego wyniku badania wykonanego w warunkach stacjonarnych, pacjentkę informuje się o konieczności dalszej diagnostyki; jeśli nie zgłosi się po wyniki w ciągu 3 miesięcy, otrzymuje wezwanie do ich odbioru; w przypadku nieprawidłowego wyniku badania wykonanego w mammobusie, pacjentkę informuje się (pisemnie i/lub telefonicznie) o konieczności dalszej diagnostyki; całą dokumentację przekazuje się pacjentce lub - w porozumieniu z nią - świadczeniodawcy wykonującemu pogłębioną diagnostykę.

Jednak w przypadku nieprawidłowego wyniku badania i braku możliwości skontaktowania się z pacjentką lub braku odpowiedzi pacjentki na wezwanie, kopię dokumentacji wysyła się do jej lekarza POZ wraz z prośbą o interwencję. Informację o przynależności pacjentki do lekarza POZ można uzyskać z systemu informacyjnego udostępnionego przez NFZ lub z oddziału wojewódzkiego NFZ właściwego dla miejsca zameldowania pacjentki.

Kobiety, u których rozpoznano raka piersi lub inne schorzenia wymagające leczenia specjalistycznego, są kierowane (poza programem) na dalszą diagnostykę lub leczenie, do świadczeniodawców posiadających z NFZ umowy

w odpowiednich rodzajach świadczeń.

Cel programu

Celem realizacji programu jest obniżenie wskaźnika umieralności z powodu raka piersi do poziomu osiągniętego w przodujących w tym zakresie krajach UE oraz podniesienie poziomu wiedzy kobiet na temat profilaktyki raka sutka i wprowadzenie na terenie całego kraju zasad postępowania diagnostycznego.

Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet. Stanowi około 20 proc. wszystkich zachorowań na nowotwory złośliwe u Polek. Występuje najczęściej po menopauzie. Ryzyko zachorowania wzrasta po 50 roku życia.

Czynniki ryzyka

Obserwacja statystyczna częstości zachorowań w poszczególnych grupach wiekowych wykazała, że znaczący wzrost zachorowań występował w przedziale wiekowym od 50 do 69 roku życia.

Inne czynniki ryzyka to rak piersi wśród członków rodziny (stopień ryzyka zależy od liczby przypadków w rodzinie i stopnia pokrewieństwa z chorą osobą), ale także mutacje stwierdzone w genach BRCA 1 lub/i BRCA 2 oraz wczesna pierwsza miesiączka przed 12 rokiem życia, późna menopauza po 55 roku życia, urodzenie dziecka po 35 roku życia, bezdzietność, poprzednie leczenie z powodu raka piersi, leczenie z powodu innych schorzeń piersi.

BADANIA

Gdzie możesz wykonać badania w ramach programu wczesnego wykrywania raka piersi

PRACOWNIE STACJONARNE

Koszalin

- Szpital Wojewódzki Im.M. Kopernika, ul. Orla 2, tel. 94 346 00 18;
- NZOZ „Profilaktyka”, Staszica 8A, 94 341 26 15;
- Samodzielny Publiczny ZOZ MSWiA, ul. Szpitalna 2, 94 347 16 26, 94 347 16 46, 94 347 16 44.

Kołobrzeg

- Lech Investment, ul. Ppor. Edmunda Łopuskiego 52, tel. 94 713 62 43

Szczecin

- NZOZ „Medical-Care”, Pracownia Zdjęć Rentgenowskich, Batalionów Chłopskich 86, 91 461 20 47, 91 461 23 31, 73 030 70 17;
- SP Specjalistyczny ZOZ Zdroje, ul. Mączna 4, 91 880 65 18, 91 880 64 69;
- SP Szpital Kliniczny NR 1 im. Prof. Tadeusza Sokołowskiego, ul. Unii Lubelskiej 1, 91 425 34 23;
- SP Szpital Kliniczny Nr 2 PUM, Pracownia Mammografii, ul. Powstańców Wlkp. 72, 91 466 11 74;
- Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy - ZCLIP Szczecin, Bolesława Śmiałego 33, 91 434 92 05;
- Zachodniopomorskie Centrum Onkologii, Strzałowska 22, 91 425 14 95, 91 425 14 10.

Szczecinek

- Szpital w Szczecinku Sp. z o.o., ul. Kościuszki 38, 94 372 67 80.

Mammobusy

Badania mammograficzne można też wykonać w tzw. mammobusach, które docierają do większych ośrodków miejskich w województwie zachodniopomorskim.

Co miesiąc mammobusy jeżdżą do innych miejscowości na terenie województwa zachodniopomorskiego. Gdzie są aktualnie, gdzie będą wkrótce - można to sprawdzić na stronie internetowej: https://www.nfz-szczecin.pl/viac4_news_34_harmonogram_pracy_mammobusow_w_województwie_zachodniopomorskim.htm

Na to badanie nie jest wymagane skierowanie

Profilaktyka raka szyjki macicy

Program profilaktyki raka szyjki macicy adresowany jest do kobiet w wieku 25-59 lat, które nie wykonały badania cytologicznego w ciągu ostatnich 3 lat.

U kobiet obciążonych czynnikami ryzyka: zakażonych wirusem HIV, przyjmujących leki immunosupresyjne, zakażonych HPV - typem wysokiego ryzyka, badanie jest wykonywane co 12 miesięcy.

Badanie cytologiczne w ramach programu profilaktyki raka szyjki macicy można wykonać w każdym gabinecie ginekologiczno-położniczym zakontraktowanym przez NFZ oraz w gabinecie położnej POZ posiadającej uprawnienia do pobierania rozmazów cytologicznych w ramach zawartej umowy z NFZ. Do ginekologa i położnej POZ nie jest wymagane skierowanie.

Kobiety młodsze niż 25 lat i starsze niż 59 lat, mogą skorzystać z badania cytologicznego w ramach porady udzielonej przez lekarza specjalistę.

Na czym polega profilaktyka raka szyjki macicy

Etap podstawowy to pobranie materiału do przesiewowego badania cytologicznego. Świadczenie to jest realizowane w poradni ginekologiczno - położniczej, w ramach porady zabiegowo-diagnostycznej, a także w gabinecie położnej POZ posiadającej uprawnienia do pobierania rozmazów cytologicznych w ramach zawartej umowy z NFZ. Materiał jest następnie przesyłany do pracowni patomorfologii w celu dokonania oceny.



FOT. POLSKAPRES

Badania te są bezpłatne dla kobiet między 25 a 59 rokiem życia

Kolejnym etapem jest etap diagnostyczny, który polega na ocenie mikroskopowej materiału cytologicznego w pracowni patomorfologii wyłonionej w drodze konkursu ofert. Po zbadaniu preparatu wynik jest przesyłany do poradni, która pobrała materiał do badania.

Natomiast jeżeli wynik badania cytologicznego jest nieprawidłowy, specjalista ginekolog-położnik kieruje pacjentkę na dalszą diagnostykę.

W przypadku konieczności zweryfikowania obrazu kolposkopowego, pobierane są cew-

wane wycinki do badania histopatologicznego. Na tej podstawie podejmowane są decyzje dotyczące dalszego postępowania diagnostycznego - leczniczego: skierowanie do leczenia lub określenie terminu kolejnego badania cytologicznego.

Kobiety, u których rozpoznano raka szyjki macicy lub inne schorzenia wymagające leczenia specjalistycznego, zostają skierowane (poza programem) na dalszą diagnostykę lub leczenie do świadczeniodawców posiadających z NFZ umowy w odpowiednich rodzajach świadczeń.

Opis problemu zdrowotnego raka szyjki macicy

Rak szyjki macicy jest szóstym, co do częstości, nowotworem u kobiet w Polsce - stanowi 10,7 proc. nowotworów u kobiet. Rocznie ok. 1700 kobiet umiera z tego powodu (według rejestru nowotworów 2004 r.).

Badania przesiewowe w kierunku wykrywania raka szyjki macicy polegają na wykonywaniu badań cytologicznych wymazów z ujścia zewnętrznego kanału i z tarczy szyjki macicy. Skrining cytologiczny, ze względu na niski koszt i wysoką skuteczność, jest najpopularniejszą metodą badań przesiewowych. W wyniku przeprowadzenia tego badania można wykryć zmiany przedrakowe i raka we wczesnym okresie zaawansowania choroby.

Nie ignoruj zaproszenia na kolonoskopię

Program Badań Przesiewowych raka jelita grubego

Program Badań Przesiewowych raka jelita grubego (PBP) jest zadaniem Narodowej Strategii Onkologicznej. W ramach PBP od 2000 roku wykonywana jest bezpłatna profilaktyczna kolonoskopia.

Od 2012 roku w ramach PBP wysyłane są imienne, jednokrotne zaproszenia na kolonoskopię do osób w wieku 55-64 lata. Celem PBP jest zmniejszenie liczby zachorowań i zgonów z powodu raka jelita grubego.

Rak jelita grubego jest drugim najczęstszym nowotworem złośliwym w Polsce. Każdego roku rozpoznaje się ponad 18 tys. nowych przypadków. Rak jelita grubego rozwija się ze zmian łagodnych, tak zwanych polipów. Taka przemiana trwa najczęściej kilkanaście lat. Dlatego też, poddając się badaniu odpowiednio wcześniej i usuwając polipy można zapobiec rozwojowi raka. Wcześniej wykryty rak jest również bardzo często wyleczalny.

Ani polipy, ani rak we wczesnym stadium zazwyczaj nie powodują objawów. Istotą profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie tych właśnie bezobjawowych jeszcze zmian i o ile to możliwe, ich usunięcie. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90 proc.

Badanie profilaktyczne należy wykonać między 55 a 64 rokiem życia. Częstość występowania polipów i ryzyko ich zezłośliwienia wzrasta z wiekiem. Znacząca większość nowych zachorowań występuje u osób po 65 roku życia.

Objęcie programem badań kobiet i mężczyzn między 55 a 64 rokiem życia ma na celu wykrycie zmian potencjalnie wyleczalnych. W tym wieku 25 proc. osób ma polipy, a 5 proc. jest zagrożonych rozwojem raka.

Kandydatem do wzięcia udziału w PBP jest każda osoba, która otrzymała zaproszenie na przesiewową kolonoskopię.

Przeciwwskazaniem do wykonania kolonoskopii przesiewowej jest zawał serca przeżyty w ciągu ostatnich 3 miesięcy, ostra niewydolność krążeniowa lub oddechowa oraz

ostra choroba zapalna jelit. W przypadku ciężkich chorób przewlekłych, a także jakichkolwiek wątpliwości warto skonsultować się z lekarzem prowadzącym.

Zaproszenie jest imienne (na konkretne nazwisko) i nie może być przekazane innej osobie. Zawiera proponowaną datę badania. Istnieje możliwość zmiany terminu. Z badania można zrezygnować w dowolnym momencie.

Osoby które nie otrzymały zaproszenia najprawdopodobniej otrzymają je w najbliższych latach. Poza tym w części Ośrodków PBP istnieje również możliwość poddania się badaniu BEZ ZAPROSZENIA (w ramach tzw „programu oportunistycznego”), pod warunkiem spełnienia warunków kwalifikujących do programu.

Kto się kwalifikuje do programu? Wszystkie osoby w wieku 50 - 65 lat bez objawów takich jak krwawienie z przewodu pokarmowego, biegunka lub zaparcie, które pojawiło się w ciągu ostatnich kilku miesięcy, a którego przyczyna nie jest znana, a także chudnięcie lub anemia bez znanej przyczyny.

A także osoby w wieku 40-49 lat bez objawów raka jelita grubego, które miały w rodzinie przynajmniej jednego krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci) z rakiem jelita grubego oraz osoby w wieku 25-49 lat z rodziny z zespołem Lyncha. W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z zespołem Lyncha z poradni genetycznej na podstawie spełnienia tzw. kryteriów amsterdamskich i ewentualnego badania genetycznego (w ramach Programu Badań Przesiewowych można wykonać tylko pierwsze badanie).

Kwalifikują się również osoby w wieku 20-49 lat pochodzące z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej - FAP. W tym przypadku konieczne jest skierowanie (potwierdzenie) z Poradni Genetycznej (w ramach Programu Badań Przesiewowych można wykonać tylko pierwsze badanie).

Do badania nie są kwalifikowane osoby, które miały wykonaną kolonoskopię w ciągu ostatnich 10 lat.

Gdzie możesz wykonać kolposkopię i kolonoskopię w województwie zachodniopomorskim

Badania

Program profilaktyki raka szyjki macicy adresowany jest do kobiet w wieku 25-59 lat. Dla tych kobiet ten program jest bezpłatny. Z kolei w ramach Programu Badań Przesiewowych raka jelita grubego (PBP) wykonywana jest bezpłatna profilaktyczna kolonoskopia. Gdzie można wykonać te badania.

Jeżeli wynik badania cytologicznego dla kobiet w wieku od 25 do 59 lat jest nieprawidłowy, specjalista ginekolog-położnik kieruje pacjentkę na dalszą diagnostykę, czyli na badania kolposkopowe.

Badania kolposkopowe można wykonać w ośrodkach:

- **Koszalin**, Multimed ZOZ Ginekologiczno-Położniczy, ul. Monte Cassino 13, tel. 94 343 04 33

- **Koszalin**, Multimed ZOZ Ginekologiczno-Położniczy, ul. Świętego Wojciecha 1, telefon 94 340 58 37

- **Szczecin**, SP Specjalistyczny ZOZ - szpital Zdroje, ul. Mączna 4, telefon 91 880 63 75

- **Szczecin**, SP Szpital Kliniczny Nr 1 im. Prof. Tadeusza Sokołowskiego, ul. Unii Lubelskiej 1, telefon: 91 425 04 90

- **Szczecin**, SP Szpital Kliniczny Nr 2 PUM, Al. Powstańców Wielkopolskich 72, telefon 91 466 13 57

- **Szczecinek**, Szpital w Szczecinku Sp. z o.o., ul. Kościuszki 38, tel. 94 372 67 80.

Badania kolonoskopowe

Jeśli chcesz wykonać kolonoskopię jelita grubego, nie masz zaproszenia, ale spełniasz kryteria wymienione w programie, możesz się zgłosić do tzw. ośrodka oportunistycznego,

W Polsce rak szyjki macicy jest przyczyną śmierci pięciu kobiet dziennie.

NFZ

który wykonuje te badania w ramach umowy z Ministerstwem Zdrowia. W naszym województwie są to:

- **Szczecin**, SP Szpital Kliniczny Nr 1 PUM, ul. Unii Lubelskiej 1, tel. 91-425-32-29; email: sekr.gastro@spsk1.szn.pl

- **Szczecin**, SP Wojewódzki Szpital Zespolony, ul. Arkońska 4, tel. 91- 813-91-40

- **Szczecin**, Zachodniopomorskie Centrum Onkologii, ul. Strzałowska 22, tel. 91- 425-15-57 (pon.-pt., godz. 8-13); email: pbbp@onkologia.szczecin.pl

- **Koszalin**, SPZOZ MSWiA w Koszalinie, ul. Szpitalna 2, tel. 538-816-656 (pon.-pt., 8:00-14:00) email: badania@poliklika.koszalin.pl

Warto się zaszczepić przeciw COVID-19

Szczepimy się!

Szczepienie uczy organizm człowieka, jak zareagować na dany patogen. Układ odpornościowy zostaje pobudzony do produkcji przeciwciał oraz innych czynników odpornościowych. Dzięki temu po zetknięciu się z patogenem układ immunologiczny jest w stanie silniej zareagować i szybciej zneutralizować zagrożenie dla organizmu.

Szczepionki są najbardziej skuteczną metodą chroniącą przed zarażeniem różnymi chorobami. Ludzkość z powodzeniem korzysta z tej zdobyczy cywilizacji od kilkuset lat. Szczepienie jest obecnie jedyną dostępną możliwością obrony człowieka przed wirusem SARS-CoV-2. Nie ma leku, który byłby akceptowalnie skuteczny i jednocześnie bezpieczny w walce z zachorowaniem.

Aktualnie prowadzone szczepienia zabezpieczają przed zakażeniem SARS-CoV-2 w około 95 proc., a w razie ewentualnego zachorowania w 100 proc. chronią przed ciężkim przebiegiem choroby.

Dlatego warto się zaszczepić przeciwko COVID-19?

Oto najważniejsze 10 powodów:

1. Bo uchronisz siebie przed niebezpieczeństwem.

Z bardzo dużym prawdopodobieństwem - sięgającym na-



Szczepionki na koronawirusa są dobrowolne i bezpłatne

wet 95 proc. - szczepienie uchroni Cię przed zakażeniem COVID-19.

2. Bo uratujesz komuś życie.

Im więcej będzie zaszczepionych osób, tym szybciej osiągniemy odporność populacyjną.

3. Bo możesz!

Szczepionki na koronawirusa są dobrowolne, bezpłatne i skuteczne.

4. Bo pomożesz zwalczyć pandemię na świecie.

Od wybuchu epidemii na COVID-19 zmarło już ponad 3 mln ludzi na całym świecie. Każdy zaszczepiony to potencjalnie od kilku do kilkunastu osób uchronionych przed zarażeniem. Pamiętaj, że już 50 proc. zaszczepionej populacji istotnie wpłynie na zmniejszenie ryzyka szerzenia się w niej koronawirusa.

5. Bo zyskasz spokój.

Szczepiąc się, zyskasz wewnętrzny spokój, wynikający

z bezpieczeństwa własnego i najbliższych.

6. Bo szczepionki są bezpieczne.

Szczepionki są badane przez najlepszych naukowców z całej UE. Ich dopuszczenie do użytku jest zależne od decyzji Europejskiej Agencji Leków.

7. Bo zostaniesz zbadany

Przed szczepieniem zostaniesz przebadany przez lekarza. Dzięki temu sprawdzisz swój aktualny stan zdrowia.

8. Bo dzięki Tobie szybciej wrócimy do normalności!

Szczepiąc się, przyczyniasz się do szybszego znoszenia ograniczeń i powrotu nas wszystkich do normalnego życia.

9. A powrót do normalności oznacza:

- odejście od maseczek,
- swobodne spotkania z rodziną i przyjaciółmi,
- powrót dzieci do szkół i rozwój ich kompetencji społecznych,
- dalszy rozwój gospodarki,
- ochronę miejsc pracy oraz szansę na nowe zatrudnienia,
- swobodny dostęp do basenów, siłowni, kin i teatrów,
- wakacje bez ograniczeń,
- poprawę jakości życia nas wszystkich.

10. Ważne szczepionki.

Szczepionki są najbardziej skuteczną metodą chroniącą przed zarażeniem różnymi chorobami. Ludzkość z powodzeniem korzysta z tej zdobyczy cywilizacji od kilkuset lat.



Od 24 września osoby powyżej 50 roku życia mogą się zaszczepić trzecią, przypominającą dawką szczepień

Trzecia, przypominająca dawka szczepień

Trzecia dawka

Rząd wspólnie z Radą Medyczną rozszerza listę osób mogących dodatkowo wzmocnić swoją odporność przeciw COVID-19.

Od 24 września wszystkie osoby, które ukończyły 50 lat mogą otrzymać przypominającą szczepionkę marki Pfizer.

Ważne! Jeśli przyjąłeś inną szczepionkę podczas pierwotnego szczepienia, teraz możesz zaszczepić się Pfizerem jako dawką przypominającą.

Od 24 września trzecia dawka dla osób po 50. roku życia

Od 24 września została zwiększona lista osób uprawnionych do szczepienia trzecią dawką. Możliwość przyjęcia dodatkowej szczepionki marki Pfizer po 6 miesiącach od pełnego zaszczepienia mają wszystkie osoby powyżej 50. roku życia.

Ważne! Jeśli przyjąłeś szczepionkę innej marki (np. AstraZeneca, Moderna czy J&J) podczas pierwotnego szczepienia, teraz możesz zaszczepić się Pfizerem jako dawką przypominającą.

Osoby z zaburzeniami odporności już mogą przyjąć trzecią dawkę

Trzecia przypominająca dawka szczepionki przeciw COVID-19 jest przeznaczona dla osób:

- otrzymujących aktywne leczenie przeciwnowotworowe;
- po przeszczepach narządów przyjmującym leki immunosupresyjne lub terapie biologiczne;
- po przeszczepie komórek macierzystych w ciągu ostatnich dwóch lat;

- z umiarkowanymi lub ciężkimi zespołami pierwotnych niedoborów odporności;

- z zakażeniem wirusem HIV;

- leczonych aktualnie dużymi dawkami kortykosteroidów lub innymi lekami, które mogą hamować odpowiedź immunologiczną;

- dializowanych przewlekle z powodu niewydolności nerek.

We wskazanych grupach z zaburzeniami odporności w odstępie nie mniej niż 28 dni po ukończeniu dwudawkowego schematu szczepienia przeciw COVID-19 dodatkową dawkę stosuje się:

- u osób powyżej 18. roku życia należy stosować szczepionki mRNA, czyli Comirnaty (Pfizer-BioNTech) albo Spikevax Moderna,

- u dzieci w wieku 12-17 lat należy stosować szczepionkę Comirnaty Pfizer-BioNTech.

Od 2 listopada dla wszystkich powyżej 18 r.ż.

Od najbliższego wtorku, 2 listopada rozpoczynają się szczepienia dawką przypominającą dla wszystkich osób, które ukończyły 18 rok życia i otrzymały pełny schemat szczepienia (dwie dawki) preparatami Comirnaty (Pfizer-BioNTech), Spikevax (Moderna) lub Vaxzevria (AstraZeneca) lub jedną dawkę szczepionki COVID-19 Vaccine Janssen.

Przypominającą dawkę stosuje się we wskazanych grupach z zachowaniem odstępu co najmniej 6 miesięcy po ukończeniu pełnego schematu szczepienia przeciw COVID-19.

Tylko masowe szczepienia sprawią, że będziemy mogli wrócić do normalności

Szczepionka przeciwko COVID-19

Szczepionka przeciw COVID-19 to jeden z elementów, dzięki któremu możemy powstrzymać epidemię.

Jak działa? Szczepionka wyzwała w organizmie człowieka naturalną produkcję przeciwciał. Stymuluje także nasze komórki odpornościowe, tak aby chroniły nas przed zakażeniem COVID-19.

Dlatego warto się zaszczepić? Pokonanie koronawirusa jest możliwe poprzez przerwanie jego transmisji z człowieka na człowieka. Szczepionka daje nam taką możliwość. Każda

osoba, która się zaszczepi, ma szansę przerwać łańcuch zakażeń. Nasze zaszczepienie się, to nie tylko zwiększona ochrona dla nas. To także ochrona naszych rodziców, dziadków, dzieci i przyjaciół.

Epidemię COVID-19 szczególnie odczuwają przedsiębiorcy. Szczepienia to skuteczny mechanizm ochronny dla polskiej gospodarki. Im więcej osób się zaszczepi, tym szybciej będziemy mogli otworzyć dla wszystkich restauracje i hotele, a także swobodnie wyjechać na urlop i wakacje.

Jest to szczególnie ważne dla polskich firm, które aby przetrwać ten trudny czas, korzystają ze wsparcia rządowego

w ramach Tarczy Antykryzysowej i Finansowej.

Wszystkie szczepionki przeciw COVID-19, niezależnie

Nauka nie ma wątpliwości - szczepionki to dziś najlepszy sposób na pokonanie pandemii, a eksperci dodają, że preparaty są bezpieczne

od rodzaju, przechodzą staranne badania według najwyższych standardów bezpieczeństwa. To dzięki zaangażowaniu wybitnych naukowców z ca-

łego świata oraz po akceptacji badań przeprowadzonych przez wyspecjalizowane instytucje, szczepionki zostają dopuszczone do obrotu. Każda dawka zakupiona przez rząd preparatu jest skuteczną bronią w walce z pandemią. Tylko masowe szczepienia zwiększą naszą odporność i umożliwią szybszy powrót do normalności.

Czy powinieneś się zaszczepić? Odpowiedź brzmi krótko: tak! Właśnie tak odpowiadają eksperci, którzy specjalizują się w chorobach zakaźnych. Za dopuszczenie do obrotu każdej szczepionki przeciw COVID-19 odpowiada Komisja Europejska.

Dlaczego ważna jest odpowiednia dieta

Dieta a zdrowie

Stosowanie odpowiedniej diety przede wszystkim pomaga zachować zdrowie, a przy tym uniknąć niebezpiecznych chorób i ich powikłań. Odpowiednia dieta pomaga również pozbyć się niechcianych kilogramów.

Dieta stanowi nieodzowny element w życiu osób chorych, ale także ważna jest dla osób zdrowych. Co znamienne odpowiednia dieta ważna jest także w życiu sportowca. Bo pokarm dostarcza naszemu organizmowi składników odżywczych. Są nimi witaminy i minerały niezbędne do wzrostu, rozwoju oraz regeneracji organizmu. Nieodpowiednia dieta to pokarmy, które nie zapewniają organizmowi wystarczającej ilości składników odżywczych.

Dieta to nic innego, jak unikanie produktów szkodliwych dla organizmu, a zaopatrywanie organizmu w produkty bogate w potrzebne składniki. Przy diecie ważne jest także odpowiednie dobranie produktów, ich ilości przyjmowana w ciągu dnia. I uwaga! Nie można zapominać o ograniczeniach.

Stosowanie zdrowej diety pomaga, między innymi w utrzymaniu prawidłowego poziomu glukozy we krwi, a to z kolei wpływa na zmniejszenie



Podstawą większości zdrowych diet są surowe, nieprzetworzone warzywa

ryzyka chorób wzroku czy układu moczowego. Także taka dieta wpływa na ustabilizowanie prawidłowego poziomu cholesterolu i trójglicerydów we krwi, przy tym zmniejsza się ryzyko miażdżycy i jej powikłań. Dodatkowo pomaga w osiągnięciu prawidłowej wartości ciśnienia tętniczego czy, ale też pomaga schudnąć.

Co jest ważne w diecie

Najlepiej jest jeść takie produkty, które dostarczają do organizmu niewiele kalorii,

a przy tym posiadają wysoką wartość odżywczą. Dobrze jest zadbać o takie produkty, aby były one bogate w witaminy i składniki mineralne, jak również we flawonoidy, które uznajemy za silne antyoksydanty.

Do tego dochodzą produkty bogate w błonnik i zdrowe kwasy tłuszczowe omega-3. W diecie powinniśmy przede wszystkim unikać takich produktów, które bogate są w cukry proste i tłuszcze zwierzęce oraz nadmiaru soli i produktów garnażeryjnych.

Czego unikać

Nie tylko ważne jest co jemy, ale także jak przygotowujemy potrawy. Należy unikać smażenia potraw, gdyż takie są pozbawione wielu witamin. Lepiej jest produkty gotować lub piec, ale z minimalną dawką tłuszczu. Najlepiej jednak jeść dużo nieprzetworzonych produktów, a przede wszystkim warzyw i owoców. Unikajmy alkoholu, słodczy, napojów gazowanych. Jeśli macie kłopoty w ustaleniu jaką dietę powinniście stosować, najprostszym wyjściem jest porada lekarska.

Dieta DASH - nie tylko na nadciśnienie

Dieta DASH

Dieta Dash (Dietary Approaches to Stop Hypertension) jest to dieta, której głównym celem jest obniżenie ciśnienia tętniczego. Jest dietą podobną do diety śródziemnomorskiej.

Została opracowana przez naukowców z Narodowego Instytutu Serca, Płuc i Układu Krwiotwórczego w Stanach Zjednoczonych, którzy odkryli, że to, co jemy, ma związek z wartością ciśnienia tętniczego.

O zdrowotnych właściwościach diety świadczy również fakt, że niejednokrotnie znalazła się w zestawieniu najlepszych i najzdrowszych diet przygotowanym przez pismo „U.S. News & World Report”.

I chociaż dieta DASH została skomponowana głównie z myślą o nadciśnieniu, okazało się, że nadzwyczaj korzystnie działa na ogólny stan zdrowia - stanowi barierę ochronną przed nowotworami, osteoporozą, cukrzycą, chorobami serca czy udarem mózgu.

Na czym polega dieta DASH?

Polega na obniżeniu podaży węglowodanów prostych, tłuszczu i soli przy jednoczesnym zwiększeniu spożycia warzyw i owoców. Ważna jest także wysoka podaż błonnika pokarmowego. Ale przy tym co

ważne - działanie diety dash jest udowodnione klinicznie.

Narodowy Fundusz Zdrowia przygotował portal internetowy, na którym po założeniu bezpłatnego konta, można skorzystać z darmowych jadłospisów przygotowanych na dwa tygodnie, zgodnych z popularną dietą DASH.

Jak skorzystać z diet od NFZ?

Po wejściu na stronę diety.nfz.gov.pl należy utworzyć bezpłatne konto, rejestrując się w serwisie. By tego dokonać należy podać swój adres e-mail oraz ułożyć hasło.

By najlepiej wybrać dla siebie właściwą kaloryczność oraz sprawdzić swój wskaźnik BMI należy podać: płeć, wagę, wzrost, wiek i aktywność fizyczną.

Na tej podstawie wyliczona zostaje minimalna kaloryczność dzienna oraz wskaźnik BMI. Następnie można wybrać jedną z trzech diet DASH o odpowiedniej kaloryczności.

Po wybraniu dowolnego jadłospisu widoczne jest menu na najbliższe 14 dni. Każdy dzień składa się z 5 różnorodnych posiłków. Widoczny jest cały przepis, a także zdjęcie gotowej potrawy. Zapoznać się można również z kalorycznością danego posiłku, czasem jego przygotowania, a także wartością w nim białka, tłuszczu, węglowodanów.

Więcej: diety.nfz.gov.pl

Właściwe odżywianie będzie medycyną jutra

Zasady - dieta DASH

Dieta DASH to zasady żywienia na bazie dań bogatych w warzywa i owoce, niskotłuszczowe produkty mleczne, pełnoziarniste produkty zbożowe, suche nasiona roślin strączkowych, ryby i owoce morza, chudy drób, orzechy i nasiona, oleje roślinne.

Podstawą codziennej diety są świeże produkty spożywcze o jak najniższym stopniu przetworzenia. Ważnym elementem DASH jest ograniczanie spożycia czerwonego mięsa, słodczy, dań zawierających nadmierne ilości soli i cukru. Wybór określonych produktów spożywczych za-

pewnia dietę bogatą w prozdrowotne składniki, takie jak błonnik pokarmowy, wapń, potas, magnez, witaminy z grupy B, antyoksydanty, wielonienasycone kwasy tłuszczowe przy obniżonej zawartości nasyconych kwasów tłuszczowych, cholesterolu i sodu.

Ogromną zaletą diety DASH jest przygotowywanie dań z dostępnych produktów oraz nieskomplikowane przepisy kulinarne smacznych potraw.

Narodowy Fundusz Zdrowia szczególnie poleca dietę DASH, wykorzystując ją jako referencyjną w proponowanych planach żywieniowych. Odżywianie się według jej zasad daje wiele korzyści zdrowotnych, które możemy zaobserwować

już po kilku tygodniach jej stosowania. Dieta DASH nie tylko pomaga obniżyć ciśnienie tętnicze, ale również zapobiega jego rozwojowi, sprzyja poprawie w przypadku zaburzeń lipidowych, zmniejsza ryzyko rozwoju cukrzycy typu 2 oraz chorób sercowo-naczyniowych. Jest zalecana przez wiele towarzystw naukowych, m.in. Polskie Towarzystwo Diabetologiczne, Europejskie Towarzystwo Kardiologiczne, Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego, czy Europejskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego.

Dieta DASH (ang. Dietary Approaches to Stop Hypertension, pol. Dieta w leczeniu i zapobieganiu nadciśnienia) to



Dieta nie musi być nudna, a dieta DASH bazuje na różnorodności produktów

uniwersalna dieta o udowodnionych właściwościach prozdrowotnych - wręcz profilak-

tycznych. Dieta ta bazuje na ogromnej różnorodności produktów, głównie warzyw,

w tym roślin strączkowych, owoców, niskotłuszczowych produktów mlecznych, ryb i owoców morza, chudych gatunkach mięs, orzechach i nasionach, olejach roślinnych. To dieta, w której produkty charakteryzują się niskim stopniem przetworzenia. Tak urozmaicona dieta zapewnia odpowiednią do potrzeb ilości składników odżywczych oraz realizację zapotrzebowania energetycznego. Warto podkreślić, że dieta DASH może być doskonałym elementem profilaktyki pierwotnej wielu chorób dietozależnych. Prostota przepisów i smakowitość potraw powodują, że dania są świetną propozycją dla osób w każdym wieku.

RESTAURACJA NAD STAWEM W MODRZEWIU

zaprasza na dania z kuchni europejskiej a'la Carte



Ponadto organizujemy:

- wesela • imprezy okolicznościowe (urodziny, imieniny) • przyjęcia komunijne
- przyjęcia z okazji chrztu
- imprezy firmowe i integracyjne



Zapraszamy też do naszego ośrodka na profesjonalną naukę jazdy konnej dla początkujących i zaawansowanych, prowadzimy:

- Całoroczną naukę jazdy konnej
- Letnie obozy konne dla dzieci • Ferie w siodle
- Weekend w siodle

Jazdy prowadzone są przez instruktorów SPORTU i Szkolenia podstawowego PZJ

GOLENIÓW 72-100, Modrzewie 10i

OŚRODEK JEŹDZIECKI

☎ 781 984 246

www.jazdykonne.com.pl

biuro@jazdykonne.com.pl

RESTAURACJA - ZAMÓWIENIA ONLINE

☎ 780 093 378

www.zajazdmodrzewie.pl

Urna czy trumna? Już prawie co drugi Polak woli zostać skremowany

Kazimierz Turkiewicz
redakcja.krakow@polskapress.pl

Obyczaj

Już ponad 46 proc. krakowskich pogrzebów to pochówki urnowe. Mniej jest ich w innych miejscach Małopolski, ale mimo wszystko widać tendencję wzrostową. Opłata za grób na urnę jest znacznie tańsza, są też inne korzyści.

Wolę zmarłego powinno się spełnić. Wiadomo. Zmarły w 1999 roku poeta Jerzy Harasymowicz zadysponował, aby po śmierci jego ciało zostało spopielone a prochy rozsypane nad kochanymi przez niego Bieszczadami. I tak też się stało, prochy zostały wysypane z przelatującego nad połoninami helikoptera.

Rzecz w tym, że podniebny pochówek stał w sprzeczności z przepisami ustawy o cmentarzach i chowaniu zmarłych. Dziś byłby również niezgodny. Nic się bowiem w tej kwestii nie zmieniło, choć ustawa pochodzi z 1959 roku.

Od lat 90. zmieniło się natomiast - i to w sposób diametralny - podejście do pochówków urnowych. Przez wielu ludzi były one długo uważane za szokujące, miały miejsce raczej sporadycznie. W niewielkiej mierze wynikało to z kreatorskiej traumy związanej z II-wojennymi obozami zagłady.

Jeszcze w końcu nie tak dawno, bo w 1995 roku, w Krakowie pochówki te stanowiły zaledwie 0,5 proc. ogólnej liczby pochowań.

Z danych za pierwsze dziewięć miesięcy tego roku wyłania się wskaźnik 46,36 proc. A więc już prawie co drugi pochówek jest urnowy. Najprawdopodobniej ta wzrostowa

tendencja - nie tylko zresztą w Krakowie - utrzyma się również w nadchodzących latach. W sąsiednich Czechach wskaźnik ten sięga już 70 proc.

Urna czy trumna

- Wzrost zainteresowania pochówkami urnowymi wiązać trzeba ze zmianą mentalności społeczeństwa, absorbowaniem pewnych zwyczajów ukształtowanych już wcześniej w świadomości mieszkańców Europy Zachodniej. Ponadto nie bez znaczenia dla tego „trendu” jest akceptacja Kościoła katolickiego dla tej formy pochówku - ocenia Patrycja Ćwikła z Zarządu Cmentarzy Komunalnych w Krakowie.

Pochówki urnowe są korzystne i dla zarządzających cmentarzami, i dla mieszkańców. - Nisze urnowe umieszczane w kolumbariach oraz groby urnowe zajmują zdecydowanie mniej przestrzeni aniżeli tradycyjny grób, nawet ziemny. Ponadto koszty utrzymania tego rodzaju miejsca pochówku są zdecydowanie niższe. Dla przykładu: opłata za miejsce pod murem grób urnowy jest o połowę mniejsza niż za grób muremowany do chowania trumien. To samo równanie należy odnieść do grobu ziemnego tradycyjnego i urnowego - wyjaśnia Patrycja Ćwikła. - Mając na uwadze „popularność” pochówków w urnowych, w styczniu tego roku na dwóch krakowskich cmentarzach - Rakowickim i na Prądniku Czerwonym - uruchomiliśmy kwatery dedykowane tylko tym pochówkom - mówi.

Jakkolwiek urna jest znacznie tańsza od trumny, łączne koszty pochówku urnowego zbliżone są do wydatków poniesionych przy pogrzebie tradycyjnym, z trumną.

Do pochówków urnowych przystaje chyba nieźle znana ewangeliczna sentencja wypowiedziana przez księdza podczas uroczystości pogrzebo-

wych: „Prochem jesteś i w proch się obrócisz, ale Pan cię wskrzesi w dniu ostatecznym”...

Pochówek w kościele

Oprócz cmentarzy pochówek urnowy dopuszczalny jest również na terenie kościelnym. Przykładem jest krakowska parafia Najświętszej Rodziny. Od kilkunastu lat w urnowych niszach katakumb w przyziemiu kościoła spoczywają prochy już blisko 220 zmarłych. Jak informuje Katarzyna Tarkowska z parafialnej Wspólnoty Fundatorów Katakumb, zainteresowanie jest duże, zgłoszono już prawie 400 rezerwacji przyszłych pochówków. Katakumby umożliwiają dokonanie w nich ponad 1700 pochówków, głównie w 4-urnowych niszach. Myśli się zresztą o rozbudowie.

Prawo do takich pochówków przysługuje wiernym z parafii, ale w pojedynczych przypadkach możliwy jest także pochówek osoby z terenu innej parafii.

Ostatnie pożegnanie rozpoczyna się od czuwania modlitewnego przy trumnie z ciałem zmarłego w kaplicy przedpogrzebowej. Następnie jest uroczysta msza św. pogrzebowa z ostatnim pożegnaniem ciała. Kilka godzin później tego samego dnia, po dokonaniu spopielenia, odbywa się pochówek urny z prochami ciała zmarłego z udziałem rodziny i kapłana. Ostatnie pożegnanie zmarłych na COVID siłą rzeczy musi być beztrumienne.

Signum temporis...

Niektórzy chcieliby mieć urnę z prochami bliskich u siebie w domu. Temu jednak bardzo stanowczo sprzeciwia się Kościół



Jeszcze niedawno kremacja kojarzyła się jednoznacznie z wojennymi obozami zagłady, a pochówki urnowe były rzadkością. W ostatnich latach mocno się to zmieniło

Chyba szkoda, że jak dotychczas sanktuarium Najświętszej Rodziny jest bodaj jedynym miejscem w Archidiecezji Krakowskiej, gdzie odbywają się pochówki parafian w kościele.

Miejsca nie przybywa

Ubywa, niestety, cmentarnych przestrzeni na nowe pochówki.

- Kolejne miasta stają w obliczu problemu wygospodarowania przestrzeni na nowe cmentarze - zauważa Małgorzata Jantos, przewodnicząca Komisji Kultury i Ochrony Zabytków w Radzie Miasta Krakowa, pomysłodawczyni i organizatorka odbywającej się już po raz trzeci w Krakowie - jedynej tego rodzaju w Polsce - konferencji poświęconej nekropoliom.

I ciągnie: Mamy coraz większe kłopoty ze znalezieniem miejsc spełniających wymogi sanitarne, na których można budować nowe cmentarze. W dużych miastach bywa to czasami niemożliwe. Problem staje się coraz poważniejszy. A mówić o sprawie należy, aby zapobiec kryzysowi. Sprawą kluczową jest zmiana ustawy regulującej kwestie pochówków, ponieważ ta obowiązująca i dzisiaj liczy sobie ponad 60 lat i nie przystaje do coraz powszechniejszych praktyk, na przykład kremacji zwłok.

Z urną na kominku

Są u nas osoby, które chciałyby mieć zmarłych zawsze blisko siebie. Chcą w domowym zaciszu wspominać ich, oddawać im hołd. I przechowywać na przykład na kominku.

Takiemu rozwiązaniu przeciwny jest jednak Kościół katolicki. Ciało czy prochy powinny być chowane tylko w miejscu poświęconym, sprzyjającym modlitwie i zadumie. A takim miejscem jest cmentarz.

Miejsce, gdzie można spokojnie modlić się, wyrażać wiarę i nadzieję na zmarłych wychwstanie.

Wierni przymierzający się do urny w domu mogą więc stanąć przed trudnym dylematem...

Pola pamięci

Natomiast nie można wykluczyć znalezienia kompromisu w kwestii postulowanej przez środowiska ekologiczne możliwości rozsypywania prochów. Ma to być metoda dużo bardziej ekologiczna niż „zwykłe” pochówki.

Inna sprawa, że ponoć zdarzają się sytuacje, kiedy dochodzi do „wyprzedzenia” ewentualnej zmiany przepisów. Urna nie trafia na cmentarz (albo trafia, ale pusta), a prochy bywają rozsypywane w miejscach znanych jedynie bliskim zmarłej osoby.

Skromny zasiłek

Nowelizacja obecnie obowiązującej ustawy o cmentarzach i chowaniu zmarłych (notabene nie ma w niej określenia „prochy ludzkie”) jest niewątpliwie potrzebna.

Postulowane zmiany trzeba jednak solidnie przemyśleć, przedyskutować, z przeprowadzeniem szerokich konsultacji społecznych włącznie.

Finał nie nastąpi oczywiście dziś czy jutro.

Natomiast zadaniem do szybkiego załatwienia sprawy powinno być podniesienie wysokości wypłacanego przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych zasiłku pogrzebowego.

W przypadku tego zasiłku na sumieniu mają coś obie ekipy polityczne: i aktualnie rządząca, i ta stojąca wobec niej w opozycji.

Ta druga dekadę temu obniżyła wysokość zasiłku pogrzebowego - z sześciu do czterech tysięcy złotych. Obecna ekipa z kolei nie dokonała jak dotąd jego podwyżki, przynajmniej do poprzedniej wysokości.

Za takie pieniądze z zasiłku pogrzebowego trudno zmieścić się dzisiaj w kosztach pogrzebu.

Nie mówiąc już o stypie. Chyba że złożą się na to uczestniczący w niej żałobnicy... ©©

Nawet dziecko wie...

#DobryKierowca
nigdy nie jeździ
po alkoholu



Miko Marczyk
kierowca rajdowy

Miko Marczyk

Dowiedz się więcej na www.orken.pl



ORLEN



WSPOMNIENIA

17.10.1923-16.11.2020

Henryk Gulbinowicz



Duchowny katolicki, dr teologii, abp wrocławski w latach 1976-2004, kardynał prezbiter od 1985, a od

2004 r. arcybiskup senior archidiecezji wrocławskiej. Kawaler Orderu Orła Białego. W latach 80. wspierał NSZZ „Solidarność”. Pod koniec życia zarzucono mu, że w przeszłości utrzymywał kontakty z SB i molestował nieletniego. W wyniku dochodzenia kanonicznego Stolica Apostolska podjęła wobec niego decyzje dyscyplinarne.

19.07.1945-16.11.2020

Andrzej Gowarzewski



Popularny dziennikarz sportowy, znawca i historyk piłki nożnej. Był akredytowany m.in. na igrzyskach olimpijskich w Montrealu (1976) i Moskwie (1980) oraz na kolejnych dziewięciu turniejach finałowych piłkarskich mistrzostw świata (od 1982) i dziesięciu turniejów finałowych mistrzostw Europy (od 1980). Był pierwszym polskim reporterem akredytowanym na Tour de France (1974).

Popularyzator sportu, znawca i historyk piłki nożnej. Był akredytowany m.in. na igrzyskach olimpijskich w Montrealu (1976) i Moskwie (1980) oraz na kolejnych dziewięciu turniejach finałowych piłkarskich mistrzostw świata (od 1982) i dziesięciu turniejów finałowych mistrzostw Europy (od 1980). Był pierwszym polskim reporterem akredytowanym na Tour de France (1974).

18.12.1948-18.11.2020

Adam Musiał



Piłkarz i trener piłkarski. W reprezentacji Polski w latach 1968-1974 rozegrał 34 mecze. Zdobywca trzeciego miejsca na Mistrzostwach Świata w 1974 r. Grał w angielskim Hereford United i amerykańskim Eagles Yonkers New York, gdzie zakończył karierę w 1987 r. Trener Roku w Plebiscycie „Piłki Nożnej” (1991). Był uznawany za jednego z najlepszych polskich lewych obrońców w historii.

Popularyzator sportu, znawca i historyk piłki nożnej. Był akredytowany m.in. na igrzyskach olimpijskich w Montrealu (1976) i Moskwie (1980) oraz na kolejnych dziewięciu turniejach finałowych piłkarskich mistrzostw świata (od 1982) i dziesięciu turniejów finałowych mistrzostw Europy (od 1980). Był pierwszym polskim reporterem akredytowanym na Tour de France (1974).

18.05.1944-25.11.2020

Marcin Król



Prof. filozofii, historyk idei, nauczyciel akademicki i publicysta. Działacz opozycji demokratycznej

w okresie PRL. Uczestnik wydarzeń marcowych w 1968 r., więziony w tym samym roku przez kilka miesięcy. Wieloletni współpracownik „Tygodnika Powszechnego”, założyciel pisma „Res Publica”, a także jego redaktor naczelny. W 1975 r. sygnatariusz „Listu 59” przeciwko zmianom w Konstytucji PRL.

30.10.1960-25.11.2020

Diego Armando Maradona



Argentyński piłkarz i trener piłkarski. Jeden z najsławniejszych futbolistów świata, nazywany „El

Diez” („Dziesiątka”) i „Pelusa” („Puszek”). Został wybrany najlepszym zawodnikiem XX w., uzyskując 53% głosów w sondzie na oficjalnej stronie FIFA. Maradona zdobywał wielkie trofea zarówno z reprezentacją Argentyny, jak również z niektórymi klubami, w których grał. Z reprezentacją zdobył mistrzostwo świata w 1986 r., wice-

mistrzostwo na mundialu w 1990 r. i mistrzostwo na mistrzostwach świata juniorów w 1979 r. Najważniejsze trofea na poziomie klubowym zdobył grając w Napoli, z którym zdobył Puchar UEFA oraz jedyny dwa tytuły mistrza Włoch w historii drużyny. Po zakończeniu kariery sportowej związał się z telewizją, prowadził program „La Noche del 10”, emitowany pod koniec 2005 r. Zmarł na skutek ataku serca w Buenos Aires, a 7-osobowy zespół medyczny został oskarżony o nieumyślne spowodowanie jego śmierci.

17.09.1932-30.11.2020

Eugeniusz Bilski



Inż. elektroniki, pionier polskiej informatyki. W latach 1961-1963 kierował zespołem konstrukcyjno-technologicznym uruchamiającym w ELWRO produkcję komputerów UMC-1. Jako dyrektor techniczny uczestniczył w negocjacjach i podpisał umowę software'ową z angielską firmą ICL, co umożliwiło opracowanie i uruchomienie w ELWRO produkcji legendarnych komputerów serii ODRA.

Inż. elektroniki, pionier polskiej informatyki. W latach 1961-1963 kierował zespołem konstrukcyjno-technologicznym uruchamiającym w ELWRO produkcję komputerów UMC-1. Jako dyrektor techniczny uczestniczył w negocjacjach i podpisał umowę software'ową z angielską firmą ICL, co umożliwiło opracowanie i uruchomienie w ELWRO produkcji legendarnych komputerów serii ODRA.

23.02.1929-1.12.2020

Hanna Stadnik



„Hanka”, działaczka kombatancka. Od 1942 r. w ramach konspiracji, przenosiła m.in. „Biuletyn Informacyjny”, meldunki i broń. Przed powstaniem warszawskim i w jego trakcie była sanitariuszką kompanii ppor. Witolda Janiszewskiego „Withala” (Obwód Mokotów AK). Po kapitulacji przeszła przez obozy w Pruszkowie i Skiermiewicach. Wiceprezes i p.o. prezesa Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej.

„Hanka”, działaczka kombatancka. Od 1942 r. w ramach konspiracji, przenosiła m.in. „Biuletyn Informacyjny”, meldunki i broń. Przed powstaniem warszawskim i w jego trakcie była sanitariuszką kompanii ppor. Witolda Janiszewskiego „Withala” (Obwód Mokotów AK). Po kapitulacji przeszła przez obozy w Pruszkowie i Skiermiewicach. Wiceprezes i p.o. prezesa Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej.

2.02.1926-2.12.2020

Valéry René Giscard d'Estaing



Polityk francuski deputowany krajowy i europejski, założyciel Unii na rzecz Demokracji Francuskiej (UDF), ale przede wszystkim prezydent Francji w latach 1974-1981. W polityce zagranicznej opowiadał się za zacieśnieniem integracji europejskiej i polepszeniem stosunków z USA. Popierał przeprowadzenie reformy zezwalającej na przerywanie ciąży i zakaz kary śmierci – za jego kadencji we Francji wykonano ostatnie trzy egzekucje.

Polityk francuski deputowany krajowy i europejski, założyciel Unii na rzecz Demokracji Francuskiej (UDF), ale przede wszystkim prezydent Francji w latach 1974-1981. W polityce zagranicznej opowiadał się za zacieśnieniem integracji europejskiej i polepszeniem stosunków z USA. Popierał przeprowadzenie reformy zezwalającej na przerywanie ciąży i zakaz kary śmierci – za jego kadencji we Francji wykonano ostatnie trzy egzekucje.

6.12.1930-5.12.2020

Wojciech Mikołaj Zabłocki



Z wykształcenia architekt, znawca architektury sportowej, wykładowca w Instytucie Architektury Politechniki Łódzkiej, członek czynny PAU, ale przede wszystkim sława sportu – szermierz, wychowanek węgierskiego szablisty Jánosa Kevaya. Brał udział w czterech igrzyskach olimpijskich, na których zdobył trzy medale – dwa srebrne i brązowy. Zdobyl dziewięć medali mistrzostw świata, a także pięć tytułów mistrza Polski.

Z wykształcenia architekt, znawca architektury sportowej, wykładowca w Instytucie Architektury Politechniki Łódzkiej, członek czynny PAU, ale przede wszystkim sława sportu – szermierz, wychowanek węgierskiego szablisty Jánosa Kevaya. Brał udział w czterech igrzyskach olimpijskich, na których zdobył trzy medale – dwa srebrne i brązowy. Zdobyl dziewięć medali mistrzostw świata, a także pięć tytułów mistrza Polski.

W 1953 r. został indywidualnym mistrzem świata juniorów. W czasie kilkunastoletniej kariery zawodniczej reprezentował kluby: MKS Katowice, Budowlani Kraków, Krakowski Klub Szermierzy i Marymont Warszawa. Pięciokrotnie otrzymał złoty Medal „Za Wybitne Osiągnięcia Sportowe”. W 1952 r. znalazł się na szóstym miejscu Plebiscytu „Przeglądu Sportowego” na najlepszych sportowców Polski. Prywatnie mąż aktorki Aliny Janowskiej, ojciec Michała Zabłockiego, poety i reżysera.

20.06.1933-7.12.2020

Katarzyna Łaniewska



Popularna aktorka teatralna i filmowa. W czasie studiów należała do ZMP, potem do PZPR, ale pod koniec lat 70. związała się z opozycją antykomunistyczną. Współtworzyła struktury NSZZ „Solidarność” w Teatrze Ateneum. Zagrała m.in. w „Spotkaniu ze szpiegiem” (1964), „Albumie polskim” (1970), „Czterdziestolatku” (1975), „Przesłuchaniu” (1982), „Przedwiośniu” (2001) i serii komediowej „Kogel-mogel”.

Popularna aktorka teatralna i filmowa. W czasie studiów należała do ZMP, potem do PZPR, ale pod koniec lat 70. związała się z opozycją antykomunistyczną. Współtworzyła struktury NSZZ „Solidarność” w Teatrze Ateneum. Zagrała m.in. w „Spotkaniu ze szpiegiem” (1964), „Albumie polskim” (1970), „Czterdziestolatku” (1975), „Przesłuchaniu” (1982), „Przedwiośniu” (2001) i serii komediowej „Kogel-mogel”.

19.10.1931-12.12.2020

John le Carré



Właściwie nazywał się David John Moore Cornwell i był jednym z najsłynniejszych brytyjskich pisarzy i autor kryminałów. W młodości funkcjonariusz w służbie MI6 (zdemaskował go podwójny agent Kim Philby). W latach 1956-1958 wykładał języki nowożytne w Eton College. W latach 1959-1964 był pracownikiem brytyjskiej służby zagranicznej. Pierwszą powieść „Budzenie zmarłych” napisał w 1961 r. pod pseudoni-

mem „John le Carré”, zaś pierwszym sukcesem była opublikowana w 1963 r. powieść „Ze śmiertelnego zimna”. W 1965 r. zrezygnował z pracy, aby zostać zawodowym pisarzem. Jego książki utrzymywane były w klimacie szpiegowskim i nie stroniły od wątków autobiograficznych. Był autorem m.in. „Druciarza, krawca, żołnierza, szpiega” (1974), „Szpiega doskonałego” (1986), „Krawca z Panamy” (1996), „Bardzo poszukiwanego człowieka” (2008). Wiele jego powieści zostało zekranizowanych.

Właściwie nazywał się David John Moore Cornwell i był jednym z najsłynniejszych brytyjskich pisarzy i autor kryminałów. W młodości funkcjonariusz w służbie MI6 (zdemaskował go podwójny agent Kim Philby). W latach 1956-1958 wykładał języki nowożytne w Eton College. W latach 1959-1964 był pracownikiem brytyjskiej służby zagranicznej. Pierwszą powieść „Budzenie zmarłych” napisał w 1961 r. pod pseudoni-

10.02.1955-14.12.2020

Piotr Machalica



Znany aktor teatralny, filmowy, telewizyjny i dubbingowy, wykonawca piosenki aktorskiej. Poraz pierwszy trafił na ekran jeszcze podczas studiów jako mnich w filmie poetyckim fantasy Lecha Majewskiego „Rycerz” (1979). Za rolę ks. Piotra Wawrzyniaka w serialu historycznym Jerzego Sztywniaka „Najdłuższa wojna nowoczesnej Europy” (1981) otrzymał nagrodę I stopnia przewodniczącego Komitetu ds. Radia i TV za osiągnięcia ak-

Znany aktor teatralny, filmowy, telewizyjny i dubbingowy, wykonawca piosenki aktorskiej. Poraz pierwszy trafił na ekran jeszcze podczas studiów jako mnich w filmie poetyckim fantasy Lecha Majewskiego „Rycerz” (1979). Za rolę ks. Piotra Wawrzyniaka w serialu historycznym Jerzego Sztywniaka „Najdłuższa wojna nowoczesnej Europy” (1981) otrzymał nagrodę I stopnia przewodniczącego Komitetu ds. Radia i TV za osiągnięcia ak-

torskie. Wystąpił ponadto w „Zabij mnie, glino” (1987), „Sztuce kochania” (1989), „Nowy Jork, czwarta rano” (1988), „Złocie dezertierów” (1998) i „Kameleonie” (2001). Na scenie teatralnej odniósł sukces w komedii Aleksandra Fredry „Mąż i żona” (1993) i „Gwałtu, co się dzieje!” (2006). Był także uznanym wykonawcą piosenki aktorskiej. Śpiewał głównie piosenki Okudżawy i Brassensa. W 1986 r. otrzymał nagrodę na XXIII Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu za wykonanie „Piosenki pioska pokojowego”.

4.05.1939-14.12.2020

Hanna Stankówna



Aktorka teatralna i filmowa. Wcieliła się m.in. w Klarę w „Pigmalionie” (1961), Dorynę w „Świętoszku” (1962) i w Rachelę w „Weselu” (1991). Na ekranie zagrała m.in. hr. Cwilecką w „Trędowatej” (1976), księżną Janetkę Roztocką w „Kariery Nikodema Dyźmy” (1980). Pojawiła się w „Wilczy” (1983), „Seks-misji” (1984), „Królowej Bonie” (1980) i „Janie Serce” (1981). W ostatnich latach grała w serialach „Barwy Szczęścia” i „Na Wspólnej”.

Aktorka teatralna i filmowa. Wcieliła się m.in. w Klarę w „Pigmalionie” (1961), Dorynę w „Świętoszku” (1962) i w Rachelę w „Weselu” (1991). Na ekranie zagrała m.in. hr. Cwilecką w „Trędowatej” (1976), księżną Janetkę Roztocką w „Kariery Nikodema Dyźmy” (1980). Pojawiła się w „Wilczy” (1983), „Seks-misji” (1984), „Królowej Bonie” (1980) i „Janie Serce” (1981). W ostatnich latach grała w serialach „Barwy Szczęścia” i „Na Wspólnej”.

15.06.1936-22.12.2020

Claude Brasseur



Francuski aktor charakterystyczny. Za rolę w filmie „Jak zrobić słonia w trąbę” (1976) otrzymał nagrodę Cezara. Drugiego przyniosła mu tytułowa rola w dramacie „Wojna policyj” (1979). Prócz tego zagrał m.in. w „Oczach bez twarzy” (1960), „Amatorskim gangu” (1964), „Cudzych pieniądzech” (1978), „Prywatce” (1980), „Zejszciu do piekiel” (1986) i w serialowych „Nowych przygodach Vidocqa” (1971-1973).

Francuski aktor charakterystyczny. Za rolę w filmie „Jak zrobić słonia w trąbę” (1976) otrzymał nagrodę Cezara. Drugiego przyniosła mu tytułowa rola w dramacie „Wojna policyj” (1979). Prócz tego zagrał m.in. w „Oczach bez twarzy” (1960), „Amatorskim gangu” (1964), „Cudzych pieniądzech” (1978), „Prywatce” (1980), „Zejszciu do piekiel” (1986) i w serialowych „Nowych przygodach Vidocqa” (1971-1973).

1.05.1938-26.12.2020

Ariadna Gierek-Łapińska

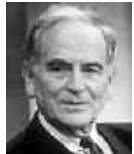


Lekarka, okulista, profesor nauk medycznych. Od była stażem naukowym w USA, Niemczech, Hiszpanii, ZSRR, Belgii i na Węgrzech. W latach 1974-2007 kierowniczką Katedry i Kliniki Okulistyki Śląskiej Akademii Medycznej, w latach 1988-2008 dyrektorką Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego nr 5 Śląskiej Akademii Medycznej. Jej drugim mężem był prof. Adam Gierek, syn i sekretarz KC PZPR Edwarda Gierka.

Lekarka, okulista, profesor nauk medycznych. Od była stażem naukowym w USA, Niemczech, Hiszpanii, ZSRR, Belgii i na Węgrzech. W latach 1974-2007 kierowniczką Katedry i Kliniki Okulistyki Śląskiej Akademii Medycznej, w latach 1988-2008 dyrektorką Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego nr 5 Śląskiej Akademii Medycznej. Jej drugim mężem był prof. Adam Gierek, syn i sekretarz KC PZPR Edwarda Gierka.

2.07.1922-29.12.2020

Pierre Cardin



Słynny francuski projektant mody, obok Paco Rabanne i André Courregesa uznawany za wynalazcę tzw. futurystycznej mody w latach 60. XX w. Mając 17 lat wyjechał do pracy u krawcy w Vichy, gdzie zaczął szyc garnitury dla kobiet. W Paryżu pracował z Elzą Schiaparelli, zanim w 1947 r. został szefem atelier Christiana Diora. W 1950 r. założył własny dom mody – jego klientkami były m.in. Eva Perón i Rita Hayworth.

Słynny francuski projektant mody, obok Paco Rabanne i André Courregesa uznawany za wynalazcę tzw. futurystycznej mody w latach 60. XX w. Mając 17 lat wyjechał do pracy u krawcy w Vichy, gdzie zaczął szyc garnitury dla kobiet. W Paryżu pracował z Elzą Schiaparelli, zanim w 1947 r. został szefem atelier Christiana Diora. W 1950 r. założył własny dom mody – jego klientkami były m.in. Eva Perón i Rita Hayworth.

Słynny francuski projektant mody, obok Paco Rabanne i André Courregesa uznawany za wynalazcę tzw. futurystycznej mody w latach 60. XX w. Mając 17 lat wyjechał do pracy u krawcy w Vichy, gdzie zaczął szyc garnitury dla kobiet. W Paryżu pracował z Elzą Schiaparelli, zanim w 1947 r. został szefem atelier Christiana Diora. W 1950 r. założył własny dom mody – jego klientkami były m.in. Eva Perón i Rita Hayworth.

21.09.1960-31.12.2020

Jolanta Fedak



Polityk i politolog, w latach 2007-2011 pełniła funkcję ministra pracy i polityki społecznej w rządzie Donalda Tuska. Była posłanką na Sejm IX kadencji. Od 2005 do 2012 r. była wiceprezesem Narodowego Komitetu Wykonawczego PSL. W 2019 r., z ramienia PSL, uzyskała mandat posłanki IX kadencji, otrzymując w okręgu lubuskim pod 13 tys. głosów. Zmarła w wyniku choroby nowotworowej.

Polityk i politolog, w latach 2007-2011 pełniła funkcję ministra pracy i polityki społecznej w rządzie Donalda Tuska. Była posłanką na Sejm IX kadencji. Od 2005 do 2012 r. była wiceprezesem Narodowego Komitetu Wykonawczego PSL. W 2019 r., z ramienia PSL, uzyskała mandat posłanki IX kadencji, otrzymując w okręgu lubuskim pod 13 tys. głosów. Zmarła w wyniku choroby nowotworowej.

6.09.1954-31.12.2020

Maciej Zięba



Zakonnik (dominikanin), fizyk i publicysta, znawca myśli Jana Pawła II, a w latach 1998-2006 prowincjał Polskiej Prowincji Dominikanów. Organizator i dyrektor Europejskiego Centrum Solidarności. Za działalność w opozycji odznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski. Na początku 2021 r. media podały, że o. Maciej Zięba, będąc prowincjałem, nie reagował na akty wykorzystywania seksualnego w podległym mu zakonie.

Zakonnik (dominikanin), fizyk i publicysta, znawca myśli Jana Pawła II, a w latach 1998-2006 prowincjał Polskiej Prowincji Dominikanów. Organizator i dyrektor Europejskiego Centrum Solidarności. Za działalność w opozycji odznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski. Na początku 2021 r. media podały, że o. Maciej Zięba, będąc prowincjałem, nie reagował na akty wykorzystywania seksualnego w podległym mu zakonie.

13.07.1924-18.01.2021

Maria Koterbska



Piosenkarka, bardzo popularna w latach 50. i 60. XX w. Jej największe hity to m.in. „Augustowskie noce”, „Brzydula i rudzielec”, „Karuzele”, „Parasolki”, „Serduszkopuka w rytmie cza cza” czy „Do grającej szafy grosik wrzucić”. Pod koniec lat 70. występowała wspólnie ze swoim synem Romanem Franklem, który był kompozytorem ich piosenek. Pojawiła się także w filmach, m.in. w „Sprawie do załatwienia” i „Irena do domu”.

Piosenkarka, bardzo popularna w latach 50. i 60. XX w. Jej największe hity to m.in. „Augustowskie noce”, „Brzydula i rudzielec”, „Karuzele”, „Parasolki”, „Serduszkopuka w rytmie cza cza” czy „Do grającej szafy grosik wrzucić”. Pod koniec lat 70. występowała wspólnie ze swoim synem Romanem Franklem, który był kompozytorem ich piosenek. Pojawiła się także w filmach, m.in. w „Sprawie do załatwienia” i „Irena do domu”.

WSPOMNIENIA

7.06.1923-22.01.2021

Henryk Jerzy Chmielewski



Popularny Papcio Chmiel, grafik, rysownik i publicysta. Karierę graficzną Chmielewski rozpoczął w wojsku, od opieki nad gazetką kompanijną. Po przejściu do cywila w sierpniu 1947 r. pracował jako rysownik, początkowo w „Świecie Przygód”, następnie w „Świecie Młodych”. Był autorem kontynuacji serii komiksowej „Sierżant King z królewskiej konnicy” (1947) oraz komiksów własnego pomysłu „Sadełko i Szczu-

dełko” (1948), „Witek sprytek” (1955-1957) i „Cyryk Bum Tarara” (1957). Ale najbardziej znany był z niebywale poczytnej, ukazującej się od 1957 r., serii komiksów „Tytus, Romek i A'Tomek”, która rozeszła się łącznie w wielomilionowym nakładzie. W latach 1989-1990 powstały dwa dziesięciminutowe odcinki serialu animowanego pt. „Narodziny Tytusa” oraz „Edukacja”. Imponującą wygląda także kombatancka karta Papcia Chmiela. W marcu 1943 r. złożył przysięgę i został żołnierzem Armii Krajowej

o pseudonie Jupiter. W czasie powstania warszawskiego był żołnierzem w stopniu starszego strzelca w szeregach 7. pułku piechoty AK „Garłuch”. W dniach 1 i 2 sierpnia 1944 r. część żołnierzy „Garłucha” poległa lub została wzięta do niewoli (w tym także Henryk Chmielewski, większości udało się jednak wycofać lub rozproszyć po okolicy. Ze wszystkich wyróżnień, medali i odznaczeń, które artysta otrzymał, warto wspomnieć o orderze Orła Białego, który przynano mu pośmiertnie w 2021 r.

19.11.1933-23.01.2021

Larry King



Amerykański dziennikarz i prezynter wyróżniony licznymi nagrodami, m.in. dwiema Peabody Award, Emmy i dziesięcioma CableACE Award. Od 1978 r. regularnie prowadził nocny talk-show na falach Mutual Radio Network. W CNN był gospodarzem słynnego „Larry King Live”. Przeprowadził ponad 40 tys. wywiadów, m.in. z Margaret Thatcher, Madonną, Michaeliem Jordąnem, Michaiłem Gorbaczowem i Władimirem Putinem.

12.01.1946-1.02.2021

Ryszard Jan Szurkowski



Legenda polskiego kolarstwa szosowego, dwukrotny wicemistrz olimpijski, czterokrotny medalista mistrzostw świata oraz dwunastokrotny mistrz Polski, najbardziej znany ze zdominowania przez kilka lat z rzędu Wyścigu Pokoju. Ponadto poseł na Sejm PRL IX kadencji, trener, działacz sportowy, okazjonalnie handlowiec, były prezes Polskiego Związku Kolarskiego. Jego dokonania były imponujące: na igrzyskach olimpijskich w Mona-

chium w 1972 r. (razem z Edwardem Barcikiem, Lucjanem Lisem i Stanisławem Szozdą) i rozgrywanych cztery lata później igrzyskach w Montrealu (wspólnie z Tadeuszem Mytnikiem, Mieczysławem Nowickim i Stanisławem Szozdą) zdobywał srebrne medale w drużynowej jeździe na czas. W 1973 r. zdobył na mistrzostwach świata w Barcelonie złoty medal w wyścigu ze startu wspólnego amatorów oraz drużynowej jeździe na czas (wspólnie z Tadeuszem Mytnikiem, Lucjanem Lisem i Stanisławem Szozdą).

20.03.1937-6.02.2021

Krzysztof Kowalewski



Jeden z najpopularniejszych polskich aktorów filmowych, telewizyjnych, teatralnych, kabaretowych i radiowych. Artysta z niezwykłą vis comica i imponującym dorobkiem - wystąpił w około 120 filmach i serialach telewizyjnych. Zagrał ponad tysiąc ról w Teatrze Polskiego Radia. Na filmowym ekranie zadebiutował w 1960 r. w filmie Aleksandra Forda „Krzyżacy”. W latach 70. i 80. wystąpił m.in. w filmach wojennych Witolda

Lesiewicza „Kwiecień” (1961) oraz „Miejsce dla jednego” (1965), kryminał Janusza Nasfetera „Zbrodniarz i panna” (1963), filmach Janusza Majewskiego „Urząd” (1969), „Zbrodniarz, który ukradł zbrodnię” (1969) oraz „C.K. Dezerterzy” (1985), serialu wojennym Janusza Morgensterna „Kolumbowie” (1970) czy komedii Jerzego Stefana Stawińskiego „Godzina szczytu” (1973). Kowalewski często występował w filmach Stanisława Barei i to one przyniosły mu największą popularność. W filmie „Nie ma róży bez ognia” (1974) za-

grał milicjanta. W 1976 r. zagrał główną rolę Michała Romana w „Brunecie wieczorową porą”, w 1978 r. w „Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz” grał Tadeusza Krzaskiego, dyrektora „Pol-Pimu”, natomiast w „Misiu” (1980) – Jana Hochwandra, kierownika produkcji filmu „Ostatnia parówekzka hrabiego Barry Kenta”. Był aktorem teatrów: Klasycznego, Dramatycznego, Polskiego, Studenckiego Teatru Satyryków, Rozmaitości, Kwadrat oraz Teatru Współczesnego w Warszawie, a także Teatru Polskiego Radia.

1.11.1942-10.02.2021

Larry Flynt



Amerykański wydawca, założyciel czasopisma pornograficznego, „Hustler”. CV Flinta pełne jest skandali i prowokacji, głównie obyczajowych. W 1978 r., po jednej z nich, został postrzelony przez Josepha Paula Franklina, w wyniku czego Flint został sparaliżowany od pasa w dół. W 1996 r. powstał głośny film oparty na jego biografii – „Skandalista Larry Flynt”, wyreżyserowany przez Miloša Formana.

31.10.1930-15.02.2021

Zdzisław Marian Najder



Prof. historii literatury, wykładowca m.in. Uniwersytetu Columbia i Uniwersytetu Yale'a, opozycjonista w czasach PRL, założyciel Polskiego Porozumienia Niepodległościowego, a w latach 1982-1987 dyrektor Rozgłośni Polskiej Radia Wolna Europa, za co władze Polski Ludowej skazały go zaocznie na karę śmierci. Wśród jego zainteresowań badawczych była m.in. twórczość Josepha Conrada. W 1983 r. ukazała się jego biografia Conrada „Joseph Conrad:

A Chronicle”, uznana przez większość krytyków za jedną z ważniejszych pozycji poświęconych pisarzowi. W III RP, po 1989 r. Najder był doradcą Lecha Wałęsy i Jana Olszewskiego. W 1992 r., po odwołaniu rządu Jana Olszewskiego Najder przyznał, że w 1958 r. „samodzielnie zgodził się” na „dłuższe rozmowy” ze Służbą Bezpieczeństwa, w wyniku czego był ewidentnie onowany przez SB jako TW „Zapalniczka”. W 1983 r. od władz RP na uchodźstwie dostał Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski.

18.01.1946-21.02.2021

Jan Lityński



Polski polityk, publicysta, działacz opozycji demokratycznej w czasach PRL, uczestnik wydarzeń marcowych w 1968 r., członek Komitetu Samoobrony Społecznej „KOR”, działacz i doradca władz NSZZ „Solidarność”, obrońca praw człowieka, dysydent i więzień polityczny, w 1989 uczestnik obrad Okrągłego Stołu. Ponadto poseł na Sejm X, I, II i III kadencji, w latach 2010-2015 doradca prezydenta RP Broni-

śława Komorowskiego ds. kontaktów z partiami i środowiskami politycznymi. Został odznaczony przez prezydenta Lecha Kaczyńskiego Krzyżem Komandorskim (2006) oraz Krzyżem Komandorskim z Gwiazdą (2008) Orderu Odrodzenia Polski. W 2015 r. prezydent Bronisław Komorowski nadał mu Krzyż Wolności i Solidarności. Zginął w Pułtuskutonął w rzece Narew, podczas ratowania swojego psa. Jego ciało odnaleziono dopiero 27 lutego po kilkudniowej akcji poszukiwawczej.

9.09.1946-23.02.2021

Aleksander Doba



Podróżnik, kajakarz, „Podróżnik Roku 2015” w plebiscycie „National Geographic”. Jako pierwszy człowiek w historii samotnie przepłynął kajakiem Ocean Atlantycki z Afryki do Ameryki Południowej, wyłącznie dzięki sile mięśni. Opłynął kajakiem Morze Bałtyckie i Bajkał. Również jako pierwszy opłynął całe polskie wybrzeże z Polic do Elbląga oraz Polskę po przekątnej z Przemysła do Świnoujścia.

21.06.1945-21.03.2021

Adam Zagajewski



Poeta, eseista, prozaik, nauczyciel akademicki, tłumacz literacki. Przedstawiciel tzw. Pokolenia Nowej Fali. Tworzył niemal wyłącznie wiersze białe i wolne. Przy tym definiował poezję jako sztukę przetwarzania i układania wyrażań myślowych. Wbrew wiodącemu prym postmodernizmowi uważał, że nie kształtowała języka, ale sens jest najważniejszą cechą poezji. Oddalony od tradycji „tłumaczenia muzyki”

na słowa, zajmował się tylko jej sensem, bardzo często starając się wyrazić nie sam utwór muzyczny, ale cechę takiego utworu. Był miłośnikiem Chopina, Bacha, Szostakowicza i Mahlera. W jego poezji znajdują się także nawiązania do mityzacji rzeczywistości i epifanii. Nie stronił od polityki – był sygnatariuszem tzw. Listu 59 (1975), zaś od 1976 r. objęty był cenzurą. W latach 1982-2002 na emigracji we Francji, od roku 1983 redaktor „Zeszytów Literackich”; laureat Nagrody Fundacji im. Kościelskich (1975), Między-

narodowej Nagrody Neustadt w dziedzinie literatury (2004) i Nagrody Księżnej Asturii (2017), w latach 1973-1983 członek Związku Literatów Polskich, od 1979 r. członek Polskiego PEN Clubu, od 2006 r. członek Polskiej Akademii Umiejętności. Został członkiem honorowego komitetu poparcia Bronisława Komorowskiego przed wyborami prezydenckimi w Polsce w 2015 r. W 2016 r. został także Kawalerem Orderu Legii Honorowej za szerzenie „wartości, których broni Francja”.

22.09.1946-31.03.2021

Izabella Sierakowska



Polityk, nauczycielka i działaczka związkowa. Posłanka na Sejm kontraktowy (X kadencji) oraz na Sejm RP I, II, III, IV i VI kadencji. W 1980 r. wstąpiła do PZPR. W Sejmie kontraktowym pracowała w Komisji Edukacji, Nauki i Postępu Technicznego oraz Komisji Sprawiedliwości. Od 1990 r. działała w Socjaldemokracji Rzeczypospolitej Polskiej – pełniła funkcję wiceprzewodniczącej tego ugrupowania.

8.09.1946-5.04.2021

Krzysztof Krawczyk



Popularny wokalista, gitarzysta i kompozytor, legenda polskiej piosenki rozrywkowej. W 2010 r. opublikowano sondaż OBOP-u, według którego Krzysztof Krawczyk po raz siódmy został najpopularniejszym polskim piosenkarzem. Rozpoznawalność zyskał w latach 60. i 70. jako wokalista zespołu Trubadurzy. Oblicza się, że podczas jego kariery wydano 129 oficjalnych płyt z jego muzyką. Wylansował ogromną ilość przebojów, ta-

kich jak m.in. „Byle było tak”, „Parostatek”, „Rysunek na szkle”, „Pamiętam cię z tamtych lat”, „Jak minął dzień”, „To co dał nam świat”, „Mój przyjacielu” (duet z Goranem Bregoviciem), „Bo jesteś ty” i „Trudno tak” (duet z Edytą Bartosiewicz). Jego utwory doczekały się wielu coverów śpiewanych przez innych wykonawców. Jego popularność wyznaczały liczne trasy koncertowe w Europie i na świecie oraz wiele nagród i wyróżnień. W trakcie kariery śpiewał i nagrywał płyty z różnorodną muzyką od popu poprzez rhythm & bluesa,

swing, soul, jazz, rock and rolla, country, tango, koledy, piosenki i pieśni religijne aż po dance, folk, funk, reggae, muzykę cygańską i biesiadną. Ze względu na swoją muzykę często porównywany był do Toma Jonesa czy Elvisa Presleya. Pod koniec kariery prowadził firmę organizującą przyjęcia okolicznościowe. W imprezach tych możliwy był udział piosenkarza w roli koncertującego i zabawiającego gości wodziarą. Podczas jego pogrzebu w Łodzi odczytano specjalny list od prezydenta RP Andrzeja Dudy.

10.06.1921-9.04.2021

Filip, książę Edynburga



Brytyjski książę, małżonek, słynny z licznych gaf i skandali. Przez ponad 70 lat małżeństwa z królową Filip zasłynął ze specyficznego, ciętego humoru i uwag, które często były interpretowane jako obraźliwe i były odzwierciedleniem jego specyficznego charakteru. Jako mąż królowej Elżbiety II był najdłużej żyjącym małżonkiem władcy w historii imperium brytyjskiego, a także najstarszym współmałżonkiem kiedykolwiek panują-

cego monarchy brytyjskiego. Pochodził z duńskiego rodu królewskiego Schleswig-Holstein-Sonderburg-Glücksburg. Poza tytułem księcia Edynburga (Duke of Edinburgh), był też hrabią Merioneth (Earl of Merioneth) i baronem Greenwich (Baron Greenwich). Latem 1975 r. książę złożył nieoficjalną wizytę w Polsce, będąc uczestnikiem odbywających się w Sopocie III Europejskich Mistrzostw w Powożeniu. Był także wolnomularzem, w 2013 r. celebrował sześćdziesiąt rocznicę wstąpienia do tej organizacji.

WSPOMNIENIA

29.04.1938-14.04.2021

Bernard Madoff



Bankier i finansista amerykański, znany głównie jako twórca piramidy finansowej określonej jako Piramida

Madoffa, w której poszkodowanych zostało ok. 13 tys. indywidualnych inwestorów i organizacji. Siedziba jego firmy aż do zatrzymania przez FBI mieściła się na 17, 18. i 19. piętrze nowojorskiego Lipstick Building. W 2009 r. został za to skazany na karę 150 lat pozbawienia wolności. Zmarł w więzieniu w Butner, w wieku 83 lat.

22.11.1934-18.04.2021

Stefan Bratkowski



Dziennikarz, publicysta i pisarz. W latach 1980-1990 prezes Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich, zaś w latach 1991-1992 prezes „Czytelnika”. Po wprowadzeniu stanu wojennego kierował działającym wówczas nielegalnie SDP. W 1988 r. wszedł w skład Komitetu Obywatelskiego przy Lechu Wałęsie. Brał udział w rozmowach Okrągłego Stołu jako członek obrad plenarnych oraz podzespołu ds. stowarzyszeń.

25.06.1969-18.04.2021

Krzysztof Liedel



Prawnik, policjant i publicysta, specjalista w zakresie terroryzmu międzynarodowego i jego zwalczania, dyrektor Departamentu Prawa i Bezpieczeństwa Pozamilitarnego Biura Bezpieczeństwa Narodowego. Ponadto sportowiec-rugby, w latach 1988-2014 był zawodnikiem m.in. Legionu Orkanu Sochaczew i Skry Warszawa. Pełnił też okazjonalnie funkcję prezesa Polskiego Związku Rugby.

19.03.1946-22.04.2021

Miroslaw Handke



Z wykształcenia chemik, specjalista od spektroskopii oscylacyjnej i fizykochemii krzemionów, ale też nauczyciel akademicki i polityk. Rektor Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie (1993-1998) i minister edukacji narodowej w rządzie Jerzego Buzka (1997-2000). Był autorem reformy oświaty z 1999 r. Nowy system zastąpił obowiązującą od 1968 r. dwustopniową strukturę szkolnictwa, wprowadzając trzyletnie gimnazja.

8.10.1943-2.05.2021

Bronisław Cieślak



Popularny aktor, dziennikarz, prezydent telewizyjny i polityk, poseł na Sejm III i IV kadencji (1997-2005). Członek PZPR w latach 1971-1990, mandat do Sejmu uzyskał z listy Sojuszu Lewicy Demokratycznej w okręgu krakowskim. Sławę zdobył jako odtwórca roli por. Sławomira Borewicz w serialu telewizyjnym „07 zgłoś się”, a odgrywana przez niego postać stała się ikoną popkultury, a sam aktor określany był mianem polskiego Jamesa

Bonda. W 1979 r. wystąpił w dwóch filmach fabularnych: w „Kung-fu” Janusza Kijowskiego zagrał dziennikarza Henryka La-skusa, a w filmie kryminalnym „Wściekły” w reż. Romana Załuskiego wcielił się w postać kpt. Zawady, próbującego rozwiązać sprawę tajemniczych morderstw. Jako komisarz Borewicz pojawił się także w filmie „Łatające maszyny kontra Pan Samochodzik”. Wystąpił gościnnie w takich serialach telewizyjnych, jak „Bank nie z tej ziemi”, „Świat według Kiepskich” oraz „Pierwsza miłość”.

23.01.1930-28.05.2021

Henryk Samsonowicz



Historyk-mediewista i wykładowca akademicki, w latach 1980-1982 rektor Uniwersytetu Warszawskiego, a w latach 1989-1991 minister edukacji narodowej w rządzie Tadeusza Mazowieckiego. Zadecydował o wprowadzeniu religii do szkół. Autor m.in. „Życia miasta średniowiecznego” (1970), „Złotej jesieni polskiego średniowiecza” (1971) i „Prawdy i fałszu. O polskiej chwale i wstydzie” (2010). Kawaler Orderu Orła Białego.

28.05.1939-23.06.2021

Wojciech Karolak



Muzyk, pianista, kompozytor, saksofonista altowy i tenorowy, aranżer, ale także wirtuoz organów Hammonda. Przez dekady jeden z najbardziej cenionych polskich jazzmanów. Eksperymentował również jako kompozytor muzyki filmowej. Jednym z obrazów, do którego pisał muzykę, była „Konopielka” w reż. Witolda Leszczyńskiego. W 2007 r. został odznaczony Srebrnym Medalem „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”.

22.03.1944-11.07.2021

Jerzy Janeczko



Aktor, który zapadł w pamięć Polaków rolą Witii Pawłaka w komediowym hicie wszech czasów „Sami swoi”. Potem występował na deskach teatrów we Wrocławiu, Kaliszu, Koszalinie i Warszawie. Zwolniony w 1987 r. z Teatru Dramatycznego przez Zbigniewa Zapasiewicza wyjechał do Stanów Zjednoczonych. W 2007 r. powrócił do Polski. Pod koniec życia grał okazjonalnie, zmarł na skutek użądlenia przez pszczołę.

10.04.1928-31.07.2021

Jerzy „Duduś” Matuszkiewicz



Wszechstronny muzyk jazzowy, saksofonista, współzałożyciel grupy „Melomani”, kompozytor muzyki filmowej. Napisał muzykę do najpopularniejszych polskich seriali: „Janosik”, „Kapitan Sowa na tropie”, „Kolumbowie”, „Podróż za jeden uśmiech”, „Przygody psa Cywila”, „Stawiam na Tolka Banana”, „Stawka większa niż życie”, „Wojna domowa”, „Życie na gorąco”, „Czterdziestolatek” i „Alternatywy 4”.

27.11.1942-12.08.2021

Henryk Franciszek Hoser



Duchowny katolicki, pallotyn, lekarz, misjonarz, wizytator apostołski w Rwandzie w latach 1994-1996, biskup diecezjalny warszawsko-praski w latach 2008-2017, a od 2017 r. arcybiskup senior diecezji warszawsko-praskiej. 1 maja 2018 r. został mianowany przez papieża Franciszka wizytatorem apostołskim dla parafii w Medziugorju. W 2015 r. prezydent RP Andrzej Duda odznaczył go Krzyżem Wielkim Orderu Odrodzenia Polski.

26.09.1930-21.08.2021

Karolina Kaczorowska



Działaczka emigracyjna, a w latach 1989-1990 pierwsza dama Polski jako małżonka ostatniego prezydenta RP na uchodźstwie Ryszarda Kaczorowskiego. 10 kwietnia 2010 r. razem z mężem miała wziąć udział w obchodach 70. rocznicy zbrodni katyńskiej, jednak z powodu choroby zrezygnowała z uczestnictwa w uroczystościach. Jej mąż udał się w podróż sam, zginął w katastrofie prezydenckiego samolotu Tu-154 w Smoleńsku.

2.06.1941-24.08.2021

Charles Robert Watts



Perkusista brytyjskiego zespołu The Rolling Stones od 1963 r. Zanim został członkiem grupy był grafikiem w firmie wydawniczej i grał w zespole Alexisa Kornera. Był uważany za „najspokojniejszego” członka Stonesów, nie podzielał zamiłowania kolegów do używek. Watts był jednym z trzech muzyków The Rolling Stones, obok wokalisty Micka Jaggera i gitarzysty Keitha Richardsa, który zagrał na wszystkich płytach. Po raz ostatni

pojawił się na scenie w sierpniu 2019 r. w Miami. Nagrał sześć solowych albumów, współpracował także z takimi muzykami, jak: Jim Keltner, Dave Green, Anthony Kerr, Brian Lemon, Luis Jardim, Peter King, Julian Arguelles, Henry Lowther czy Mark Nightingale. W 2007 r. muzyk został sklasyfikowany na 4. miejscu listy 50 najlepszych perkusistów rockowych według „Stylus Magazine”. Był ponadto wegetarianinem i zapalonym pasjonatem hippiki, kilka razy uczestniczył w aukcjach koni w Janowie Podlaskim.

23.01.1930-28.08.2021

Teresa Żylis-Gara



Słynna śpiewaczka operowa o barwie głosu sopran liryczny. W 1953 r. zwyciężyła w Ogólnopolskim Konkursie Młodych Wokalistów w Warszawie. W 1956 r. zadebiutowała w Operze Krakowskiej jako Halka w „Halce” Stanisława Moniuszki. Potem śpiewała w teatrach operowych w Oberhausen, Dortmundzie i Düsseldorfie. Jej występy w Paryżu w 1966 r. oraz na Festiwalu Mozartowskim w Salzburgu w 1968 r. przeszły do historii muzyki.

16.09.1943-6.09.2021

Tomasz Knapik



Lektor filmowy, którego charakterystyczny głos znała cała Polska. Karierę rozpoczął jeszcze przed maturą w radiowej Rozgłośni Harcerskiej, a następnie pracował w Polskim Radiu i w Telewizji Polskiej. W 1995 r. został zatrudniony w Polsacie, gdzie stał się głównym lektorem stacji, a w 2008 r. nagrał komunikaty głosowe dla systemu informacji pasażerskiej w pojazdach stołecznego ZTM, emitowane w autobusach i tramwajach.

9.04.1933-6.09.2021

Jean-Paul Belmondo



Legendarny francuski aktor i producent filmowy, jedna z najbardziej znanych twarzy tzw. Francuskiej Nowej Fali. Zyskał globalną sławę dzięki swojej niebanalnej urodzie i rolom w filmach „Do utraty tchu” (1960), „Szpicel” (1962), „Szalony Piotruś” (1965) i „Podróż rozpierzchniętego dziecka” (1988). Za ten ostatni film zdobył nagrodę Cezara w 1989 r. dla najlepszego aktora. W 2011 r. odebrał honorową Złotą Palmę na 64. Festi-

walu Filmowym w Cannes, a w roku 2016 został uhonorowany Złotym Lwem za całokształt twórczości na 73. Festiwalu Filmowym w Wenecji. Od dzieciństwa wykazywał także wielką pasję do boksu i piłki nożnej. W 1949 r. w Paryżu brał udział w zawodach boksu amatorskiego, gdzie w jednej rundzie znokautował ówczesnego mistrza René Desmaraisa. W latach 1949-1950 odniósł trzy w sezonie pucharowe zwycięstwa. W swojej bokserskiej karierze stoczył na zawodowym ringu dwie walki.

9.10.1930-9.09.2021

Wiesław Gołas



Słynny aktor teatralny, filmowy i kabaretowy, a także wykonawca piosenki aktorskiej, cieszący się niekłamaną sympatią publiczności. Miał chlubną okupacyjną karę – w 1943 r. wstąpił do Szarych Szeregów i przybrał pseudonim Wilk. Brał udział w akcjach zdobywania broni, a także – jak wspominał – w rozstrzelaniu konfidenta. W grudniu 1944 r., podczas nieudanej akcji, został aresztowany przez gestapo.

Po wojnie studiował w warszawskiej Państwowej Wyższej Szkole Teatralnej, kierowanej przez Aleksandra Zelwerowicza. Studia ukończył w 1954 r. Zagrał w kilkudziesięciu filmach i serialach, m.in. w „Mężu swojej żony” (1960), „Ogniomistrzu Kaleniu” (1961), „Prawie i pięści” (1964), „Potopie” (1974), „Brunecie wieczorową porą” (1976), „Alternatywach 4” (1982). Ale największą popularność przyniosła mu rola reżolutnego Tomka Czereśniaka w serialu „Czterej pancerni i pies” (1968-1970). Dał się też poznać

jako kabareciarz, członek Kabaretu Starszych Panów i Kabaretu Dudek, wykonawca piosenki „W Polskę idziemy”. W teatrze debiutował w 1954 r. rolą Papkina w „Zemście” Aleksandra Fredry. Potem zaczął występować m.in. w Teatrze Dramatycznym i Teatrze Polskim. Zagrał tam m.in. u Kazimierza Dejmka Brata Józefa i Śmierć w „Żywocie Józefa” Mikołaja Reja (1985), Hula-Babulę w „Zaczarowanej królewnie” Or-Ota (1985) i Szpiekina w „Rewizorze” Mikołaja Gogola (1989).

28.06.1929-17.09.2021

Alfred Miodowicz



Posel na Sejm PRL IX kadencji, członek Rady Państwa, a od 1984 do 1991 r. przewodniczący Ogólnopolskiego Porozumienia Związków Zawodowych. Apogeum jego politycznej kariery była telewizyjna debata, w której – 30 listopada 1988 r. – wystąpił przeciwko Lechowi Wałęsie. Miodowicz na tle swego rozmówcy wypadł jednak słabo, a jedynie 1 proc. ankietyowanych w badaniu CBOS uznało go za zwycięzcę.

28.07.1952-19.09.2021

Jerzy Włodzimierz Targalski



Historyk, politolog, orientalista, działacz opozycyjny w okresie PRL. Po wprowadzeniu stanu wojennego ukrywał się i do 1983 r. działał w podziemiu. Był współtwórcą podziemnego czasopisma „Niepodległość” i jego publicystą pod pseudonimem „Józef Darski”. W III RP był m.in. redaktorem PAI-Pressu. Opublikował m.in. „Tajni współpracownicy policji politycznej w państwach postkomunistycznych” oraz cykl „Resortowe dzieci”.

26.11.1950-24.10.2021

Krzysztof Kiersznowski



Charakterystyczny aktor filmowy i telewizyjny, który zdobył popularność grając m.in. w takich filmach, jak „Vabank” (1981), „Wakacje z Madonną” (1983), „Vabank II, czyli riposta” (1984), „Kiler” (1997), „Kiler-ów 2-óch” (1999), „Cześć Tereska” (2001), „Statysty” (2006), „Chwila nieuwagi, czyli drugi sztos” (2011), a także w serialach: „Samo życie”, „Twarz w twarz”, „Barwy szczęcia” i „Blondynka”.

AUTOPROMOCJA

Po raz kolejny nagrodzimy najlepsze marki z regionu

Ewelina Żuberek

ewelina.zuberek@polskapress.pl



Nasza akcja

Ruszyła 14. edycja akcji Nasze Dobre z Pomorza. O tytuł akcji walczy 58 firm z naszego regionu.

Przez lata na naszych łamach prezentowaliśmy lokalne firmy. Dla nas i naszych Czytelników to była świetna okazja, by dowiedzieć się więcej o przedsiębiorcach z naszego regionu. Wiele lokalnych firm odnosi sukcesy w kraju, czasem i na świecie, a mało kto kojarzy, że są to nasi lokalni przedsiębiorcy.

W tym roku w plebiscycie firmy będą rywalizować w dziewięciu kategoriach: dom i ogród, producent żywności, spółki użytku publicznego, technologie i innowacje, pracodawca, budownictwo i nieruchomości, rekreacja i czas wolny, zdrowie i uroda oraz turystyka, handel i usługi.

Kapituła konkursu nagrodzi te produkty, które są wyjąt-



W ciągu 13 lat trwania akcji Nasze Dobre z Pomorza przyznaliśmy naszym laureatom 92 znaki jakości

kowe: odniosły sukces, są innowacyjne i mogą stać się wizytówką regionu. Kapitułę plebiscytu tworzą autorytety reprezentujący biznes, przedstawiciele samorządu, organizacji przedsiębiorców i świata nauki.

Spośród nominowanych w plebiscycie czytelnicy wybiorą Najpopularniejszy Produkt i Usługę z Pomorza. Otrzyma go ten, kto zdobędzie największe wsparcie konsumentów.

Certyfikat Nasze Dobre z Pomorza może otworzyć wiele

drzwi. Przekonali się o tym uczestnicy poprzednich edycji. W ciągu 13 lat przyznaliśmy 92 znaki jakości, którymi laureaci mogą się posługiwać przez dwa lata w celach promocyjnych.

Do końca listopada kapituła wyłoni zwycięzców akcji. Na przełomie listopada i grudnia nastąpi oficjalne ogłoszenie wyników i wręczenie nagród. Wydanie specjalne „Głosu” z dodatkiem podsumowującym akcję Nasze Dobre z Pomorza ukaże się w grudniu. ©©

FOT. MATERIAŁY ORGANIZATORA

2021 **N** nasze DOBRE
Z POMORZA

wyniki głosowania z czwartku, 28 października godz. 11

		Głosy
1.	Clear Energy Instalacje fotowoltaiczne Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.59 na numer 72355	416
2.	Hurtownia Tęcza Kompleksowe zaopatrzenie w materiały budowlane, usługi transportowe Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.28 na numer 72355	121
3.	Spondylus Usługi zdrowotne Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.11 na numer 72355	118
4.	Belona Tradycyjna wędzarnia ryb z własnego połowu Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.9 na numer 72355	97
5.	Tele Cardio Całodobowy zdalny telemonitoring kardiologiczny Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.36 na numer 72355	96
6.	KARL-ALEX Restauracja Casa Italia Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.18 na numer 72355	28
6.	Snickers Workwear Outlet Odzież funkcjonalna/Profesjonalna obsługa klienta Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.13 na numer 72355	28
8.	Automatyczna Pralnia Dywanów "NEW LINE" Pierwsza w Słupsku pralnia piorąca dywany na wskroś w kąpieli wodnej Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.7 na numer 72355	22
9.	MILLA MAX Bioltalia – oryginalne produkty z Włoch Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.19 na numer 72355	17
10.	Minibrowar Kowal Piwo Kowal Jasne Niepasteryzowane Żeby zagłosować, wyślij SMS NDP.45 na numer 72355	11

Koszt SMS-a: 2,46 zł z VAT

Aktualne wyniki na stronie www.gk24.pl/naszedobre

Za nami 13 edycji konkursu

2021 **N** nasze DOBRE
Z POMORZA**1,6 MLN PRYZNANYCH NAGRÓD****92 PRYZNANE ZNAKI JAKOŚCI****620 ZGŁOSZONYCH FIRM****290 TYS. ODDANYCH GŁOSÓW****Wybierz z nami najlepsze produkty z Pomorza!**

w judaizmie tytuł proroków chroni przed deszczem		ster, kierow- nica	oznaczana paginą ssak morski, brzegowiec	malowane pomadką amorty- zator	prze- twórnia ziarna	krzywe, proste lub łamane	część widowni teatralnej	niania lub bona	plama w zeszycie guz skórny	chroni głowę zuż- łowca	dobry okres życia celtycki poeta	szlachet- ny gaz	
np. Gdynia samica dzika						ziołowy lek z reklamy			miesz- kanka Kataru		6		
			15	alkohol etylowy	14		rasowy mruczek			Barbara ... - Zdort, reży- serka			
I. at. 86 odmiana piłki ręcznej				lud ger- mański z Saksonii		turecka łodka odmiana kapusty			granica, zasięg miś z Australii				
		9		kobiece imię z Teresy	nul, nic częstka elemen- tarna		rywal Zetki syn Ab- rahama		13	skaza moczanowa, artetyzm więcej ku równikowi			
naczynie na sałatki						zwód pię- ciarza			daszek nad pale- niskiem		ocena skoku Kamila Stocha	panujący nastroj, klimat	
			stos desek	droga dla Pendolino	auto na złomo- wisku		podawa- na w wazie		8	kobiece imię palindrom taboret w kuchni		16	
talon zwykły lub po- lecony				lek dla astenika		arabski sultanat			pętla przy siodle kowboja			piaski strefy brze- gowej	
pracow- nik drukarni	futrzone narzuty waluta Francji				irański złoty		składo- wane w archi- wum			potrawa z surowe- go mięsa stora			
				prawa lub lewa zabawka, fryga					mieszkanka kraju nad Zatoką Gwinejską ziemny nasyp			7	
ostrze włóczni	np. lin chroni dętkę		24	skrzynia na żywe ryby	12	sala na uniwer- sytecie				iglasty ze świer- kami	duże jezioro w Finlandii	grecka bogini w zbroi	
									lokum pasera			3	
na oku korsarza									kilka parafii zupa na zakwasie	prze- stronne pomiesz- czenia			
lek przeciw- bólowy	roślinny motyw dekora- cyjny			michałek w ogrodzie	pora, czas					mała chmara owadów zaleta	osad w czajniku		
									co godzina, to ...				
manna na mleku			22						auto z Korei Połud- niowej		17	nożą zamiata (w porze- kadle)	muzycz- ne opraco- wanie piosenki
sprawa do załat- wienia	Jan Kiepusza			zniżka na towarze	duży garnek								
próg w dolinie rzecznej				wytoczona droga dla turystów krzepnięcie (zsia- danie się) mleka	Miro- sław, polski aktor	dopływ Wisły do wznie- cania ognia	Alan, aktor z USA	marka herbaty indyj- skiej	słodki prys- mak turecki	polski motorower z firmy Romet tworzą pasiekę			
może trafić na kamień	koń jak drzewo		średnio- wieczny Arab	bez- pieczne schro- nienie	maszka- ra, stra- szydło				indiań- ska trucizna		2		
bieg dla twar- dzieli		5		 do radości		powóz konny				imię Dan- cewicz, aktorki	niewielki na brodzie	ssak z rzędu torbaczy	
					zbrojna agresja				polski serial dla mło- dzieży	odwet zdobi ludowy strój			
ma jadalne pędy	11	młoda lub wodna	opatry- wana w szpitalu	mieszka- nina głósów	opera Leoncavallo przyja- ciółka Nel	typ pisarza			4		spiry- tusowy lub winny	piękna, osobliwa rzecz	zapora na rzece
				do kupienia w aptece	miara desek		kończy poranny pacierz		10	część statku kosmicz- nego		21	
naczynie na dłutki płóche zwierzę				masówka wy- borcza	19	hamul- cowy lub do kąpieli		paragon z pralni			„serowe” miasto w Hol- landii		18
				atrofia mięśni									23
imię w tytule powieści Zoli				brazy- lijski złoty		ozdobna narzuta na łóżko			uśpienie przed operacją				

Zamów prenumeratę „Głosu”

94 340 11 14

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

prenumerata.gdp@polskapress.pl

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 24 utworzą rozwiązanie – myśl Henriego Frederica Amiela.

ROZWIĄZANIE: KRAJOBRAZY SĄ STANAMI DUSZY.



Wstąpiła na tron w 1952 roku. Jest najdłużej panującą monarchią w historii Wielkiej Brytanii

Zmieniła monarchię, a poddani wciąż ją kochają



Kazimierz Sikorski
k.sikorski@polskatimes.pl

Wielka Brytania

Są takie momenty, kiedy Brytyjczycy przekonują się, jak bardzo potrzebują królowej. Tak było dwa lata temu, gdy pandemia nabierała rozpędu, przybywało zakażeń i rosła liczba zgonów. Gdy kilka dni temu trafiła do szpitala, poddani wstrzymali oddech. Na szczęście wizyta trwała tylko dobie.

Tamto niedzielne przemówienie Elżbiety II wiosną 2020 r. Brytyjczycy zapamiętają na długo. Było krótkie, czterominutowe, ale wypełnione tym, czego mieszkańcy Wysp potrzebowali najbardziej: otuchy i nadziei. Był to dopiero piąty raz, gdy królowa zwróciła się bezpośrednio do rodaków, tym razem z powodu pandemii. „Zwracam się do was w narastającym trudnym momencie, który wiąże się z zakłóceniem normalnego życia naszego kraju; zakłócenia, które niektórym przyniosło żałobę, wielu - problemy finansowe, a dla wszystkich zmiany w naszym codziennym życiu. (...) Lepsze dni powrócą”.

O to wystąpienie poprosił ją rząd, licząc, że te słowa wpłyną pozytywnie na zachowanie społeczeństwa w trakcie pandemii. Orędzie królowej są rzadkością i towarzyszą wydarzeniom o historycznym znaczeniu.

Przypomniano że w 1940 roku Elżbieta II - wtedy jeszcze księżniczka Elżbieta - wygłosiła z Windsoru swe pierwsze przemówienie radiowe. 14-latkę zapelowała do ewakuowanych z miast dzieci o odwagę. Wiemy - każdy z nas - że na koniec wszystko skończy się dobrze, bo Bóg o nas dba i da nam zwycięstwo oraz pokój - mówiła wtedy.

Rekordzistka na tronie

Rządzi krajem od 1952, jest popularna i znana z tego, że poza ceremonialnymi obowiązkami interesuje się sprawami rządowymi i polityką, i przypisuje się jej modernizację wielu aspektów monarchii. We wrześniu 2015 pobiła rekord 63 lat i 216 dni na tronie ustanowiony przez królową Wiktorię (jej praprababkę). Stała się najdłużej panującym brytyjskim monarchą w historii.

Kiedy starsza córka księcia Alberta, księcia Yorku, i jego żony, lady Elżbiety Bowes-Lyon przyszła na świat, miała niewielkie szanse na objęcie tronu. Ale pod koniec roku 1936 jej wuj, król Edward VIII, abdykował, by poślubić amerykańską rozwódkę, Wallis Simpson. W rezultacie jej ojciec został królem Jerzym VI, a dziesięcioletnia „Lilibet” (jak nazywano ją w rodzinie) została potencjalnym następcą tronu.

Ukochane konie i pieski

Pozostawała pod silnym wpływem matki, która zaszczepiła w niej wiarę chrześcijańską i głębokie zrozumienie wymagań życia królewskiego. Kształcona przez prywatnych nauczycieli, z naciskiem na brytyjską historię

i prawo, Elżbieta studiowała także muzykę, nauczyła się płynnie mówić po francusku i rozwinęła pasję do koni na całe życie.

W 1947 roku zaręczyła się z księciem Filipem. Poznali się, gdy miała 13 lat, a ich związek rozwijał się dzięki wizytom i korespondencji podczas wojny. Choć wielu członków królewskiego kręgu uważało Filipa za niewłaściwego partnera z powodu braku pieniędzy i obcej (niemieckiej) krwi, Elżbieta była zdeterminowana i bardzo w nim zakochana. Pobrali się 20 listopada 1947. Elżbieta i Filip byli małżeństwem przez 73 lata, książę zmarł w kwietniu 2021 r. w wieku 99 lat.

25-latką na tronie

Elżbieta była w Kenii z Filipem, gdy 6 lutego 1952 roku dostali informację o śmierci Jerzego VI na raka płuca.

Nawiązała bliską więź z Winstonem Churchilllem (pierwszym z 13 premierów, z którymi pracowała podczas swego panowania). Chcąc poprawić swój wizerunek po raz pierwszy w 1957 roku wyemitowała w telewizji coroczną mowę bożonarodzeniową.

Popularność królowej i całej rodziny królewskiej wzrosła w pierwszej dekadzie XXI wieku.

W maju 2018 r. książę Harry poślubił amerykańską aktorkę Meghan Markle, rozwódkę, której przyjęcie do rodziny królewskiej pokazało, jak nowoczesna stała się podczas długich rządów Elżbiety monarchia. ©

ARTYKUŁ REKLAMOWY

Nowoczesny preparat na wszystkie rodzaje grzybów już w Polsce!

PRZETESTUJ PRODUKT ZA 0 ZŁ!

NIE LEKCEWAŹ OBJAWÓW ZAKAŻENIA GRZYBAMI!

ZACZYNA SIĘ NIEWINNIE,
MOŻE SKOŃCZYĆ SIĘ
INFEKcją PŁUC, WĄTROBY I MÓZGU

Dzięki nowatorskiej formule możesz na zawsze zapomnieć o grzybach!

Zakażenie grzybami najczęściej atakuje skórę, stopy, paznokcie i miejsca intymne, a 1 osoba z objawami może zarazić całą rodzinę! Szacuje się, że te dolegliwości występują aż u 89,6% Polaków co najmniej raz w życiu, przy czym tylko u co 5. osoby grzyby zostały całkowicie usunięte! Te, które pozostały, w przyszłości zaatakują z 2x większą siłą...

Zakażenia grzybami - zmora XXI wieku

Przenoszą się przez mikroskopijne grzyby i dermatofity. Lubią ciepłe i wilgotne środowisko i najczęściej gnieźdzą się w basenach, toaletach, prysznicach, podłogach, ręcznikach czy grzebieniach.

W grupie ryzyka jest aż 82,5% społeczeństwa. Dolegliwości najczęściej dotyka dzieci, osoby po 50. r. ż. oraz cierpiące na choroby przewlekłe, otyłość i nadmierną potliwość.

Spec. Mączyński: „Działania trzeba podjąć natychmiast”

„Efektem niedoleczonych zakażeń są nawracające infekcje. Często rozprzestrzenia się na sąsiednie tkanki, może zaatakować narządy wewnętrzne. Kluczowe jest usunięcie objawów i przyczyn” - mówi spec. Mączyński.

Trudno trafić na preparat, który pomoże danej osobie. Dają ulgę tylko w trakcie stosowania, a na efekty trzeba czekać nawet 3 m-ce. W 79% przypadków grzyby zostają w organizmie, ponieważ są odporne na znane dotychczas środki farmakologiczne. Zostaje się z 6-7 preparatami, pustym portfelem i kolejną infekcją”.

Nowatorskie odkrycie może NOKAUTOWAĆ grzyby!

Superinnowacyjna formuła została stworzona przez naukowców z Michigan. Środek pomaga wygrać z grzybami bez względu na miejsce ich występowania. Jej skuteczność jest zaskakująco wysoka!

„To rewolucyjne wsparcie w walce z grzybami” - komentuje spec. Mączyński. Preparat składa się w 100% z naturalnych składników, prawdopodobnie



Zakażenie grzybami stóp przyniosł syn i zainfekował resztę rodziny. U mnie i córki zaatakowało paznokcie, a u męża - miejsca intymne. Nowy preparat poleciła mi mama - szybko poczułam ulgę, objawy zmniejszyły się! U wszystkich zastosowaliśmy metodę. Wcześniej nie wiedziałam, że działa na każdy rodzaj grzybów! Szybko o nich zapomnieliśmy - po kilku dniach zniknęły wszystkie objawy!

Malwina S. (38 l.), Łódź

Masz szansę szybko, bezpiecznie i skutecznie:

- złagodzić stany zapalne
- zminimalizować zmiany grzybicze na poziomie komórkowym
- przyspieszyć regenerację tkanek
- od początku stosowania poczuć ulgę przy świądzie, pieczeniu i swędzeniu
- pomóc sobie odbudować płytkę paznokcia oraz poprawić jego barwę
- zmniejszyć nadwrażliwość
- zminimalizować ryzyko nawrotów zakażeń grzybiczych

nie 3x mocniejszy od dotąd znanych. Już po kilku dniach daje szansę na wygraną z dermatofitami”.

Pierwsze efekty - błyskawicznie

Już od początku stosowania do zainfekowanych tkanek mogą wnikać bioskładniki, które mają właściwości bakterio- i grzybobójcze. Wspomagają zahamowanie rozmnażania dermatofitów i likwidację stanów zapalnych. Mogą zmniejszyć się świąd, pieczenie i zaczerwienienia. Większość osób stwierdziła zmniejszenie się białych nalotów i obręzków już po kilku dniach.

Spec. Mączyński: „Zawarte w preparacie ekstrakty wspomagają eliminację komórek dermatofitu, dopóki nie zostaną całkowicie usunięte. Dzięki temu masz szansę uchronić się przed ponownym zakażeniem. Moim podopiecznym polecam tylko ten preparat - jak dotąd żaden nie wrócił z nawrotem”.

Nie pozwól grzybom karmić się Twoim ciałem!

Produkt od niedawna jest dostępny w Polsce wyłącznie w sprzedaży tel. W ramach specjalnej 100% refundacji producenta, do 01.11.2021. pierwsze 100 dzwoniących osób otrzyma go za 0 zł!

Zadzwoń i zamów produkt
do przetestowania ZA DARMO

56 300 32 27

Od pn. - nd. w godz. 8:00-20:00 (opłata za 1 min. połączenia wg taryfy operatora)

*Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: www.grouptcm.com

Drobne

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 12
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 12
Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03
Oddział Szczecin: ul. Nowy Rynek 3, 71-875 Szczecin, tel. 91 481 33 67, fax 91 433 48 60

RUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH:

■ NIERUCHOMOŚCI
■ HANDLOWE
■ MOTORYZACJA

■ FINANSY/BIZNES
■ NAUKA
■ PRACA

■ ZDROWIE
■ USŁUGI
■ TURYSTYKA

■ BANK KWATER
■ ZWIERZĘTA
■ ROŚLINY, OGRODY

■ MATRYMONIALNE
■ RÓŻNE
■ KOMUNIKATY

■ ŻYCZENIA
/PODZIĘKOWANIA
■ GASTRONOMIA

■ ROLNICZE
■ TOWARZYSKIE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie, garaż, 728464795

KUPIĘ, może być z późniejszym terminem wydania, 729650573.

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

DZIAŁKA BUDOWLANA Z GARAŻEM CENTRUM POŁCZYNA ZDROJU SPRZEDAM 602-742-814

GARAŻE

GARAŻE blaszane, drewnopodobne, 533-534-499, www.partnerstal.pl

KUPIĘ garaż, tel. 609-499-555.

0010284370

GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż **GRATIS**
Dogodne **RATY**
94-318-80-02 91-311-11-94
58-588-36-02 95-737-63-39
59-727-30-74 512-853-323
www.konstal-garaze.pl

**Samochód sprzedasz
szybciej niż zaparkujesz**

#zostańwdomu
Tutaj zlecisz ogłoszenie!
697 770 190
bo.gs24@polskapress.pl
reklama.szczecin@polskapress.pl

REKLAMA

2410287343

ABAKUS

n a j c h ę t n i e j wybierane biuro nieruchomości
dołącz do grona
zadowolonych Klientów

ZADZWOŃ 661-841-555

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



2 pokoje, 1 piętro, balkon
rej. Wańkowicza
WYDANIE OD RĘKI 259 900,-



64,8m², 3 pokoje, loggia
rozkładowe, słoneczne
rej. Staszica 299 000,-



4 pokoje, loggia, rozkładowe
rej. Krzyżanowskiego
do negocjacji 333 000,-

POŚREDNICTWO

009994738

OMEGA
WYCENY
OBRÓT

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

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIĘ minikoparkę, 609-499-555.

MATERIAŁY OPAŁOWE

DREWNO Opał, kominkowe 792669632

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

AUTO skup wszystkie 695-640-611

USŁUGI

TLUMIKI, katalizatory, złącza. Czekaj Zbigniew.
Koszalin, Szczecińska 13A (VIS).
Tel: 94-3477-143; 501-692-322.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

KREDYT 50 tys. rata 545 zł RRSO 7,44 %
Telefon 730 809 809

Praca

ZATRUDNIĘ

AUTO-SERWIS „Piotrex”
zatrudni blacharza samochodowego.
Koszalin, 602-458-307

AUTO-SERWIS „Piotrex”
zatrudni mechanika samochodowego.
Koszalin, 602-458-307

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

FIRMA z Koszalina zatrudni
fachowców hydraulików. Zarobki 4 tys
+ premia. 791-690-415.

NIEMCY: murarz, cieśla, spawacz,
malarz: 601-218-955

OCHRONA, Police, z orzeczeniem,
604-630-556

PORTIERA zatrudni FASADA Słupsk ul.
Bałtycka 10, tel. 695611007.

PRACA OPIEKA NIEMCY ZAROBKI
DO 1700 EURO NETTO. Tel.
518 733 727

Zdrowie

NEUROLOGIA

SPEC. Neurolog. NFZ. Bez kolejek.

Codziennie. Koszalin, 605-284-364

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

PRALKI Naprawa w domu. 603775878

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINOWANIE bezpyłowe
504308000

GLAZ-BET glazura, regipsy, elewacje,
hydraulika, 508-158-100.

PODNOŚNIK - ścinka itd. 792669632.

REMONT mieszkań tel. 537-920-784.

INSTALACyjNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

PORZĄDKOWE

MOBILNY Odbiór-skup złomu.
Opróżnianie mieszkań, magazynów,
domów, piwnic, gospodarstw rolnych.
Tel. 697-782-596.

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

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

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

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

ZWIERZĘTA HODOWLANE

SPRZEDAŻ kur rocznych oraz kurek
odhodowanych, tel. 785-188-999

INNE

SPRZEDAM Kury nioski młode.
Telefon: 782 827 428, 792 732 052

→ CZYTAJ

**Strefa
Biznesu**

strefabiznesu.pl

Strefa dobrego biznesu w Twoim regionie

**Co masz zlecić
– zleć to nam**

#zostańwdomu
Tutaj zlecisz ogłoszenie!

Szczecin, bo.gs24@polskapress.pl, 697 770 190
Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19, 59 848 81 03
Koszalin, ul. Mickiewicza 24, 94 347 35 11
Szczecinek, bo.gk24@polskapress.pl, 94 347 35 16
Stargard, wieslawa.sowa@polskapress.pl, 670 770 191

reklama.szczecin@polskapress.pl

GŁOS
DZIENNIK POMORZA

www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Prezes oddziału Polska Press
Piotr Grabowski, piotr.grabowski@polskapress.pl
Redaktor naczelny
Przemysław Szymańczyk
przemyslaw.szymanczyk@polskapress.pl,
tel. 607 287 664

Zastępcy redaktora naczelnego
Marcin Stefanowski, Koszalin, tel. 697 770 227
marcin.stefanowski@polskapress.pl
Ynona Husaim-Sobecka, Szczecin, tel. 697 770 218
ynona.sobecka@polskapress.pl
Wojciech Frelichowski, Słupsk, tel. 519 503 638
wojciech.frelichowski@polskapress.pl

Dyrektor drukarni
Stanisław Sikora, tel. 602740087
s.sikora@pprint.pl
Dyrektor działu marketingu
Robert Gromowski, tel. 502 339 113
robert.gromowski@polskapress.pl

Dyrektor działu reklamy
Ewa Żelazko, tel. 500 324 240
ewa.zelazko@polskapress.pl
Prenumerata, tel. 94 340 11 14
Głos Koszaliński - www.gk24.pl
ul. Mickiewicza 24,
75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 00, fax 94 347 35 13
tel. reklama: 94 347 35 72,
redakcja.gk24@polskapress.pl,
reklama.gk24@polskapress.pl
Głos Pomorza - www.gp24.pl
ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk,
tel. 59 848 81 00, fax 59 848 81 04,
tel. reklama: 59 848 81 11,

redakcja.gp24@polskapress.pl,
reklama.gp24@polskapress.pl
Głos Szczeciński - www.gs24.pl
ul. Nowy Rynek 3, 70-533 Szczecin,
tel. 91 481 33 00, fax 91 481 33 60,
tel. reklama: 91 481 33 92,
redakcja.gs24@polskapress.pl,
reklama.gs24@polskapress.pl

ODDZIAŁY
Szczecinek ul. Plac Wolności 6, 78-400 Szczecinek,
tel. 94 374 88 18, fax 94 374 23 89
Stargard ul. Wojska Polskiego 42, 73-110 Stargard,
tel. 91 578 47 28, fax 91 578 17 97,
reklama tel. 91 578 47 28

©/© - umieszczenie takich dwóch znaków
przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym
Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpo-
wszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty
zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronach
www.gk24.pl/tresci, www.gp24.pl/tresci,
www.gs24.pl/tresci, i w zgodzie z postanowieniami
niniejszego regulaminu.

Polskie Badania Czyniactwa

Nakład Kontrolowany ZKDP

PBC
POLSKIE BADANIA CZYNIACTWA

BALAJA
BALAJA CENTRUM KRAJÓW
WIELKOPOLSKIE

**POLSKA
PRESS
GRUPA**

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

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.wazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Adrian Majchrzak, tel. 22 201 44 38,
adrian.majchrzak@polskapress.pl

Koeman wyleciał z Barcelony. Bayern Monachium upokorzony

Hubert Zdankiewicz
redakcja@polskapress.pl



Pilka nożna

Ligowa porażka Barcelony z Rayo Vallecano przesądziła ostatecznie o losach Ronald Koemana. Medialna burza w Niemczech po klęsce Bayernu Monachium w Pucharze Niemiec. Fatalne noty Roberta Lewandowskiego.

„Całkowicie zniknął. Nie stwarzał żadnego zagrożenia pod bramką. Oddał tylko jeden strzał” - surowo podsumowała występ polskiego napastnika internetowa strona niemieckiego oddziału telewizji „Sky Sport”, oceniając grę Lewandowskiego na 5 (w skali 1-6, gdzie najwyższą oceną jest jedynka). Nie bez powodu, bo w przegranym 0:5 meczu z Borussią Moenchengladbach kapitan reprezentacji Polski nie spisał się - delikatnie mówiąc - najlepiej i niewiele zmienia fakt, że nie on jeden.

Jeszcze surowiej ocenił grę Polaka portal „Sport.de” przyznając mu notę 6. „W pierwszej połowie był tylko jedenaście razy przy piłce. Nie stworzył żadnego zagrożenia bramkowego. Zaiskrzył dopiero w 59. minucie, główkując prosto w ręce Sommera. Najlepszy piłkarz świata był w mocnym uścisku Elvediego i spółki - czytamy w uzasadnieniu.

Szóstkę dał Lewandowskiemu również „Bild”. O grze całego zespołu mogliśmy przeczytać, że Bayern brutalnie upokorzony. „Tak, to niewiarygodne, ale prawdziwe! Dominator niemieckiej piłki, rekordzista, przegrał 0:5, zaznaczając jednego z największych upokorzeń w historii klubu”. Stracili pięć



Robert Lewandowski zagrał najgorszy mecz w 2021 roku

bramek i nie potrafili ani razu pokonać bramkarza Borussii M'gladbach - czytamy w tekście.

„Bayern historycznie zdemolowany” - to z kolei tytuł w „Kickerze”. „Pod nieobecność Juliana Nagelsmanna [jest zakazany koronawirusem - red.] Dino Toppmoller nie był w stanie nic zrobić, żeby odwrócić losy meczu” - podsumowuje sport1.de. Serwis nie omieszczał dodać, że była to najwyższa porażka Bayernu w historii Pucharu Niemiec od 1972 roku. Wtedy to zespół z Bawarii przegrał 1:5 z 1.FC Koeln.

Tylko 0:1 przegrała w środę Barcelona, w ligowym meczu z Rayo Vallecano, ale wystarczyło to, by Joan Laporta zdecydował się w końcu na zwolnienie Ronald Koemana. „Duma

Katalonii” poinformowała o tym media w czwartek rano, w oficjalnym komunikacie. Byli już trener dowiedział się o tym zaraz po meczu, bezpośrednio od prezydenta klubu. W piątek Koeman pożegnał się z drużyną.

O jego zwolnieniu mówiło się i pisało od dawna. Kibiców i katalońskie media irytowały coraz bardziej fatalne wyniki Barcy, która zawodzi w tym sezonie zarówno w La Liga (po ostatnich porażkach z Realem Madryt i Rayo spadła na dziewiąte miejsce w tabeli), jak w Lidze Mistrzów, którą zaczęła od dwóch porażek 0:3, z Bayernem Monachium i Benficą Lizbona (w ostatniej kolejce wymęczyła 1:0 z Dynamem Kijów).

Irytował również toporny styl gry Dymy Katalonii, którego

kwintesencją była obecność na boisku wypożyczonego latem z Sevilli (w miejsce oddanego do Atletico Madryt Antoine'a Griezmann) Luuka de Jonga. Wszyscy są zgodni, że Holender nie pasuje do Barcelony. „Każdy, kto kocha piłkę, widzi, że Barcelona w ogóle w nią nie gra” - dosadnie podsumował grę Katalończyków w ostatnich meczach Julian Ruiz z „El Mundo”.

Koemanowi również zdarzały się chwile refleksji. - Mam prostą odpowiedź. Spójrzcie na listę powołanych. Co można z nimi zrobić? Grać tiki-takę? - wypalił po meczu ligowym z Granadą. Laporta nadal jednak w niego wierzył (do wczoraj). Przynajmniej oficjalnie, bo niemal wszyscy byli pewni, że już dawno wyleciałby z pracy, gdyby nie katastrofalny stan finansów Dymy Katalonii, którego efektem było między innymi odejście Lionela Messiego.

Jak informuje rozgłośnia RAC1, Barcelona ma trzech kandydatów na nowego trenera. To Marcelo Gallardo, Xavi i Sergi Barjuan, ten ostatni jako opcja tymczasowa. Dobrze (zazwyczaj) poinformowany włoski dziennikarz Fabrizio Romano twierdzi, że największe szanse na przejęcie drużyny ma Xavi, który obecnie prowadzi katarski klub Al Sadd. 41-latek od dawna jest wymieniany w gronie kandydatów do prowadzenia Barcy, a władze klubu kontaktowały się z nim już kilka tygodni temu.

Xavi do tej pory stał na stanowisku, że nie jest jeszcze gotowy na poprowadzenie Barcelony. Ostatnio miał jednak zmienić zdanie i czeka już tylko na telefon od Laporty. RAC1 twierdzi, że do czasu jego zakontraktowania drużynę poprowadzi Albert Capellas, który ostatnio pracował w Barcelonie jako koordynator piłki młodzieżowej. ©



Salah strzela gola średnio co 70 min. Lewandowski co 69 min

Polak ze Złotą Piłką? Do gry włączył się Salah

Pilka nożna

Tomasz Biliński
tomasz.bilinski@polskapress.pl

Według przecieku Złotą Piłkę za 2021 r. odbierze Robert Lewandowski. Jednak bukmacherzy nie zareagowali na pojawienie się tego zestawienia.

„A jednak... Balon D'Or” - napisał na Twitterze Zbigniew Boniek, dodając emotikony klaszczących dłoni, co część internautów odebrała jako zwycięstwo w plebiscycie „France Football” Roberta Lewandowskiego. Wkrótce anonimowy użytkownik opublikował listę z wynikami głosowania na nominowanych, które zakończyło się w minioną niedzielę.

Według niej napastnik reprezentacji Polski i Bayernu Monachium zdobył 627 głosów (185 dziennikarzy z całego świata głosowało na pięciu zawodników spośród 30 nominowanych; Polskę reprezentował Maciej Iwański z TVP Sport). Drugi jest Lionel Messi, ale zdjęcie jest ucięte i nie widać, ile Argentyńczyk zdobył punktów. Trzeci Karim Benzema (526 pkt), czwarty Mohamed Salah (412), a piąty Jorginho (197).

Jednak jest mnóstwo wątpliwości, czy wyniki sprawdzają się 29 listopada, czyli na gali „France Football”. W 2019 r. również był

przeciek, ale faktyczne wyniki znacząco się różniły. Jednym z głównych argumentów niedowiarków jest fakt, że na listę w ogóle nie zareagowały największe firmy bukmacherskie. U nich nic się nie zmieniło, zdecydowanym faworytem wciąż jest piłkarz Paris Saint-Germain, który z reprezentacją Argentyny zdobył Copa America. Za nim spodziewany jest Polak, a dalej Jorginho, który wygrał z Chelsea Ligę Mistrzów i został mistrzem Europy z reprezentacją Włoch.

Wzrosły szanse Salaha. Głównie z uwagi na świetną formę w tym sezonie. Egipski piłkarz Liverpoolu w ośmiu z dziewięciu meczów Premier League strzelał gole. W niedzielę, gdy kończyło się głosowanie, skompletował hat-tricka w starciu z Manchesterem United. Do tego po 3 kolejkach Ligi Mistrzów ma na koncie 5 bramek.

Ale na przykład zdaniem amerykańskiego wydania „Forbesa”, dyspozycja z tego sezonu to za mało, by Salah otrzymał Złotą Piłkę. Według magazynu zasługuje na nią Lewandowski. Nie tylko dlatego, że musiał obejść się smakiem z powodu odwołania plebiscytu rok temu. Polak wciąż strzela jak natężony. Pod względem goli ten rok kalendarzowy może być dla niego najlepszy w karierze. ©

Hurkacz nie przegrał walki o wyjazd do Turynu, ale musi patrzeć na rywali

Tenis

Hubert Zdankiewicz
redakcja@polskapress.pl

Szybka porażka w Wiedniu skomplikowała sytuację Huberta Hurkacza, walczącego o pierwszy w karierze występ w kończących sezon Finałach ATP. Polak nie stracił szans, ale musi liczyć na potknięcia dwóch rywali, którzy wciąż mogą go wyprzedzić.

Konkretnie Jannika Sinnera i Camerona Norriego, którzy w czwartek walczyli w Wiedniu (ATP 500) o awans do ćwierćfi-

nału. To efekt tego, że nasz najlepszy singlista sam skomplikował sobie życie, przegrywając w pierwszej rundzie 4:6, 7:6(6), 3:6 z Andy'm Murrayem. Nie ujmując oczywiście zasług doświadczonemu rywalowi (byłemu numerowi jeden męskiego tenisa i zwycięzcy trzech turniejów Wielkiego Szlema), ale dwa poprzednie tegoroczne mecze Polaka z Brytyjczykiem - w Cincinnati i w Metz - zakończyły się zwycięstwem naszego tenisisty. Tym większe było zaskoczenie w poniedziałek.

Hurkacz nie stracił szans. W rankingu ATP Race (liczo-

nym od początku roku), na podstawie którego tenisisci kwalifikują się do ATP Finals, wrocławianin jest dziewiąty. W Turynie zagra co prawda ośmiu najwyżej sklasyfikowanych, ale tuż przed Polakiem jest Hiszpan Rafael Nadal, który leczy kontuzję i w tym roku nie zobaczymy go już na kortach. Jest więc szansa na awans z ostatniego miejsca.

By tak się jednak stało, Hurkacz nie może wyprzedzić wspomnianą na wstępie dwójkę. Sytuacja wygląda tak, że wrocławianin ma obecnie na koncie 2955 punktów rankingo-

wych, 10. Sinner 2845, a 11. Norrie 2840. Włoch i Brytyjczyk już awansowali do 1/8 finału turnieju w Wiedniu, a jeśli uda im się dotrzeć do rundy dalej dostaną dodatkowo po 90 punktów (ich mecze zakończyły się po za-

Hurkacz ma szansę zostać drugim polskim tenisistą, który wystąpi w ATP Finals (kiedyś Masters). Pierwszym był Wojciech Fibak

mknięciu wydania, Sinner grał z Austriakiem Dennisem Novakiem, a Norrie z Kanadyjczykiem Feliksem Augerem-Aliassime'm).

Żaden nie może jednak zająć dalej, bo półfinał w Wiedniu to 180 punktów, finał - 300, a zwycięstwo - 500. W takiej sytuacji wyprzedzą Polaka, który będzie musiał szukać szczęścia w przyszłym tygodniu, w turnieju ATP Masters 1000 w paryskiej hali Bercy. Rok temu wygrał tam (z Augerem-Aliassime'm) w deblu.

Hurkacz ma szansę zostać drugim w historii polskim te-

nisistą, który wystąpi w ATP Finals (kiedyś Masters). Pierwszym był Wojciech Fibak, któremu w 1976 roku udało się dotrzeć do finału. Przegrał jednak po zaciętym meczu z Hiszpanem Manuelem Orantesem.

Osiągnięcie Fibaka poprawiła w rywalizacji pań Agnieszka Radwańska, która w 2015 roku wygrała mistrzostwa WTA (tak się wtedy nazywały). W tegorocznym turnieju (rozgrywanym w Guadalajarze) zadebiutuje za to Iga Świątek.

Finały ATP odbędą się w dniach 14-21 listopada. ©

Trzecioligowiec ze Skolwina postawił się mistrzom, ale odpadł z pucharowej rywalizacji

Łukasz Czerwiński
sport@gs24.pl



Piłkarze

Skazywany na pożarcie Świt Szczecin stoczył równorzędny pojedynek z Legią Warszawa w ramach 1/16 finału Fortuna Pucharu Polski. Choć klub ze Skolwina żegna się z rozgrywkami, to piłkarze i kibice będą miło wspominać historyczne spotkanie.

Jak zaznaczał trener Andrzej Tychowski, piłkarze Świt podchodzili do spotkania bez żadnej presji. Z przeciwnym nastawieniem na Skolwin przyjechała drużyna mistrzów Polski. Legia pogrążona w kryzysie, chciała przerwać niekorzystną passę, a jej piłkarze korzystanie pokazać się przed debiutującym trenerem Markiem Gołębskim.

Piłkarze Świt podjęli rywalizację i toczyli wyrównany pojedynek z mistrzami Polski. Już



Lindsay Rose (z prawej) próbuje zatrzymać Pawła Krawca

w pierwszej minucie zagrozili bramce Cezarego Misztę, po indywidualnej akcji Szymona Kapelusza. Warszawianie chcieli odpowiedzieć natychmiast,

lecz Przemysław Matłoka wygrał pojedynek sam na sam z Mahirem Emrelem.

Legia i Świt próbowali sobie zagrozić, ale gol padł dopiero

w 35. minucie. Defensywa Świt powstrzymała groźny strzał z dystansu, który oddał Ernest Muci, lecz goście wywalczyli jeszcze rzut rożny. Po dośrodko-

waniu głową strzelał Emreli, lecz instynktownie zareagował Matłoka. Bramkarz Świt odbił jednak piłkę wprost pod nogi niepilnowanego Lindsay'a Rose'a i ten otworzył wynik.

Po przerwie trener Gołębski dokonał dwóch ofensywnych zmian, co świadczy o tym, że nie był zadowolony z postawy swoich zawodników. Kilka minut po wznowieniu gry, to jednak gospodarze mogli doprowadzić do wyrównania. Adam Ładziak dośrodkował z rzutu wolnego, a w polu karnym warszawian poważnie się zakotłowało. Nikt nie zdołał jednak wepchnąć piłki do bramki i w końcu legioniści wybili ją poza boisko.

Piłkarze Legii sprawiali wrażenie zadowolonych z wyniku i choć stwarzali sobie kolejne sytuacje, to nie były one z gatunku tych stuprocentowych. Swojej szansy na wyrównanie szukali natomiast gospodarze, a dogodną okazję do strzału wypracował sobie Szymon Kapelusz. Napastnik gospodarzy trafił jednak prosto w bramkarza.

W niedzielę Świt zagra w Jarocinie (III liga), a Legia podejmie Pogoń. Pucharowe mecz oglądał Kosta Runjaic

II połowa nie była porywająca, a na boisku zamazała się różnica kilku klas rozgrywkowych. Legia odniosła upragnione zwycięstwo, lecz jego styl na pewno pozostawia wiele do życzenia. Piłkarze Świt będą z dumą wspominać to wydarzenie i przygotowywać się do kolejnych meczów w III lidze.

ŚWIT SZCZECIN - LEGIA WARSZAWA 0:1 (0:1)

Bramka: Rose (35.)

Świt: Matłoka - Kuzko, Bil (85. Żukowski), Baranowski, Kisły, Ładziak (63. Mach), Białczyk, Wojtasik, Wojdak (75. Potoczny), Krawiec (46. Nagórski), Kapelusz.

Legia: Miszt - Rose (66. Kisiel), Wieteska, Jędrzejczyk, Kastrati (46. Lopes), Muci (46. Luquinhas), Ciepiela (84. Celhaka 84), Ślisz, Johansson, Ribiero, Emreli (90. Włodarczyk). © P

Kamil Wiśniewski z trzecim hattrickiem

IV liga piłkarska

Napastnicy klubów z okręgu szczecińskiego prowadzą w klasyfikacji snajperów IV ligi. Na czele dwóch doświadczonych napastników.

38 goli zdobyli w 13. kolejce czwartoligowcy. To wynik gorszy o 11 od zyskanego w 12. serii. W 13. kolejce padł gol numer 500 w tym sezonie. Jego autorem był Jacek Tomczyk z Sochoła Karlino, który ustalił wynik przegranego 2:4 meczu z Chemikiem Police.

Po raz czwarty w sezonie padł wynik 0:0. Tym razem w meczu Olimpa Gościno z Dębem Dębno. Warto zauważyć, że lider z Dębna nie tylko stracił pierwsze punkty, ale także po raz pierwszy schodził z boiska bez zdobyczy bramkowej (wcześniej miał średnią prawie 4 na mecz).

Najlepszym strzelcem kolejki był Kamil Wiśniewski. Snajper Vinety Wolin ustrzelił trzeciego już hattricka w sezonie, w meczu z Pogonią Połczyn (4:0). Warto dodać, że był to 7. z rzędu mecz Wiśniewskiego z przynajmniej jednym golem. W sumie trafił w nich do siatki aż 13 razy!

Inny rekord sezonu śrubuje Dominik Grochowski z Hutnika Szczecin. W wygranym 3:0 meczu z Zefirem Wyszewo (3:0), po raz szósty w sezonie zdobył 2 gole. Obok niego po 2 trafienia zaliczyli: Michał Jarząbek (Ina Goleniów), Kacper Łaga i Andrzej Łyszyk (Wieża Postomino) oraz Jakub Okusko (MKP Szczecinek). Ten ostatni został szóstym piłkarzem z dwucyfrowym dorobkiem bramkowym.

Na pechowca sezonu wyraźnie stoper Rasela Dygowo Jakub Poznański, który strzelił... drugiego samobója w sezonie. Na szczęście dla niego jego zespół tym razem wygrał 3:2 z Błękitnymi II Stargard.

Czołówka strzelców:

15 - Krzysztof Filipowicz (Dąb), Sebastian Inczewski (Biali)

14 - Dominik Grochowski (Hutnik), Kamil Wiśniewski (Vineta)

11 - Wiktor Sawicki (Gwardia)

10 - Jakub Okusko (MKP)

9 - Hubert Górka (Orzeł), Michał Jarząbek (Ina)

8 - Aron Michalak (Biali)

7 - Michał Kochanowski (Jeziorka), Andrzej Łyszyk (Wieża), Damian Stanisławski (Flota)

6 - Michał Barański (MKP), Marcin Gozdał (Sokół), Konstantyn Karaman (Flota), Jarosław Piskorz (Błękitni II), Kacper Robaczyński (Flota), Piotr Ry-

mar (Dąb), Wojciech Wójcik (Wieża), Cezary Zalewski (Gwardia), Dawid Zieliński (Biali).

(JAK, LIS)

Piłkarze

Luka Zahović powołany do kadry Słowenii

Słowenia straciła już szansę na udział w przyszłorocznych Mistrzostwach Świata w Katarze, ale przed nią jeszcze dwa spotkania o punkty. 11 listopada zagrają ze Słowacją, a trzy dni później z Cyprzem. Jest to szansa dla powołanego do szerokiego składu kadry Luki Zahovicia, który w tamtejszych rozgrywkach notował bardzo dobre statystyki, ale w Polsce już tak skuteczny nie był. Dopiero w ostatnim spotkaniu z Jagiellonią Zahović byłą formą - gol i dwie asysty.

Czekamy na powołania do polskiej reprezentacji, która o mundial wciąż walczy. Polacy zagrają z Andorą i Węgrami. Na dniach powinniśmy poznać skład reprezentacji. Selekcjoner Paulo Sousa jest obecnie zakażony koronawirusem, ale do rozpoczęcia zgrupowania powinien już być zdrowy. Na powołanie może liczyć Kacper Kozłowski - pomocnik Pogoni oraz były zawodnik szczecińskiego klubu Adam Buksa. Możliwy powrót Kamila Grosickiego byłby niespodzianką. (LIS)

SKRÓT

Borys Freilich podpisał nową profesjonalną umowę z Pogonią Szczecin. Młody obrońca gra na pozycji lewego obrońcy i występuje w zespołach juniorów starszych oraz w trzecioligowych rezerwach. Kontrakt Freilicha ma obowiązywać do czerwca 2024 r. (LIS)

Armada z Jaguarami zagrają o wielki finał. Rywal zdobywa dużo punktów

Futbol amerykański

Armada Szczecin jest na dobrej drodze, by obronić tytuł mistrza Polski w rozgrywkach dziewięciosobowych. Przed nią wymagający bój w półfinale PFL.

Cztery zwycięstwa w rundzie zasadniczej - każde efektywne - możliwe, że uspiły trochę czujność Armady, bo w ćwierćfinale nasz zespół namęczył się w rywalizacji z Rhinos Wyszaków (24:21).

- Byliśmy trochę zaskoczeni przebiegiem spotkania, ale do rozpoczęcia rzadzą się swoimi prawami i to było oczywiste wcześniej. Fajnie, że trafiliśmy na drużynę, która potrafiła wykorzystać nasze błędy, ale też pokazała nam obszary nad którymi musimy pracować - mówi Daniel Wysocki, trener defensywy Armady.

Po dwutygodniowej przerwie nasz zespół w niedzielę zagra o finał. Przeciwnikiem będzie ekipa Jaguars Kąty Wrocławskie. Rywal w ćwierćfinale ograł 52:38 Silesię Rebels.

- O Jags wiemy tyle, że zdobywają masę punktów i są w stanie sprawić niespodziankę, ale jesteśmy pewni na-



Defensywa Armady Szczecin uznawana jest za najlepszą w Polsce, więc czeka ją w niedzielę poważny egzamin

szej gry i ostatnio szykowaliśmy się konkretnie pod nich. Nie analizowaliśmy ich wcześniej, bo ich awans do półfinału to dla nas niespodzianka. Na pewno ich nie zlekceważymy - dodaje Wysocki.

Dodajmy, że Armada znana jest głównie z mocnej defensywy, więc dojdzie do ciekawej konfrontacji. Jeśli nasz zespół wygra - będzie gospodarzem finału. Przedmeczowe notowania na pewno szczecinianie mają większe, a część ligowych rywali zazdrości transferów w trakcie sezonu.

- Nie wzmacnialiśmy się nikim bezpośrednio na playoffy, bo nie było nawet takiej regulaminowej możliwości. Lista zarejestrowanych zawodników musiała być zamknięta sporo wcześniej. W połowie sezonu dołączyli do nas nasi zawodnicy grający na co dzień w niemieckich rozgrywkach, co z pewnością jest wzmocnieniem w kontekście rywalizacji o mistrzostwo - tłumaczy Tomasz Leszczyński, menedżer Armady.

Niedzielny mecz rozpocznie się o godz. 16.30 na boisku przy ul. Witkiewicza. (LIS)