

Dziś Magazyn

A w nim m.in.:
– Z gadziami Rom uczyć się nie chce
– Chcieli zniszczyć mu życie
– Kieliszek na szpilkach

Kramik: 8074 ogłoszenia

Dziś II część

DZIŚ
po południu / w nocy
21° 12°
>>2

GAZETA Białostocka
WSPÓŁCZESNA
Cena gazety w prenumeracie pocztowej 1,35 zł.
ISSN 0137-9488
www.wspolczesna.pl
30 sierpnia 2013
piątek
168(17858)
2,30 zł (w tym 8% vat)

Białystok >> Do części lekarzy specjalistów nie można już nawet zapisać się na ten rok

Kolejki po zdrowie są coraz dłuższe

Urszula Ludwiczak
uludwiczak@wspolczesna.pl

Kolejka jest tak długa, że można nie dożyć wizyty u lekarza – skarżą się pacjenci poradni kardiologicznej w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku. Ci, którzy mieli wizytę u kardiologa wyznaczoną na czwartek, czekali na nią nawet rok! – A to przecież chodzi o serce, z którym żartów nie ma – mówią.

– Najpierw parę miesięcy czekałam na wizytę u lekarza – opowiada jedna z pacjentek. – Dostałam skierowanie na echo serca, na które z kolei trzeba było czekać siedem miesięcy. A potem znowu odstać w kolejce do lekarza z tymi wynikami. Paranoja jakaś.

– Ja w kolejce czekałem niecałe pięć miesięcy – cieszy się jeden z pacjentów. – Ale to dlatego, że jestem po zawale, to „szybciej" przyjmują.

Chorzy podkreślają, że nie mają innego wyjścia jak czekać miesiącami.

– Można iść prywatnie, ale sama wizyta to 80-100 zł, a gdzie badania i leki? Kogo na to stać – zastanawiają się.



Fot. A. Chomicz

– Trzeba mieć zdrowie, aby chorować – przyznawali zgodnie pacjenci, z którymi rozmawialiśmy w czwartek przed poradnią kardiologiczną w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku

Jest gorzej niż rok temu

Coraz dłuższe kolejki do specjalistów potwierdza też najnowszy raport Fundacji Watch Health Care. Przygotowany przez nią Barometr Zdrowia pokazuje, że czas oczekiwania na leczenie w ramach NFZ istotnie się wydłużył. Na przełomie czerwca i lipca 2013 r. wyniósł średnio aż trzy miesiące. To o niemal miesiąc dłużej w porównaniu do stanu sprzed roku.

– Długi czas oczekiwania na realizację niektórych świadczeń zdrowotnych może nieodwracalnie pogarszać szanse pacjenta na skuteczne leczenie i powrót do zdrowia – zaznacza Krzysztof Łanda, założyciel fundacji.

Jak wynika z raportu, w najgorszej sytuacji są pacjenci, oczekujący na wizyty u angiologa i endokrynologa – średni czas oczekiwania to ponad osiem miesięcy. Do kardiologa, ortodonty czy neurochirurga dostaniemy się za około 4,5 miesiąca, a do chirurga naczyniowego – za prawie cztery. Kilka lat trzeba czekać na zabiegi usunięcia zaćmy (średnio ponad 2,5 roku) oraz wstawienia endoprotezy biodra (30 miesięcy) i kolana (25 miesięcy).

Także w Białymstoku kolejki do tych specjalistów są najdłuższe. Na wizytę w jedynej w województwie poradni chirurgii naczyń przy USK trzeba czekać do maja 2014 r. Tyle samo poczekamy na poradę endokrynologa.

– Do angiologa umawiamy na kwiecień, do hematologa – na marzec, a do kardiologa – na luty – wylicza Katarzyna Malinowska-Olczyk, rzecznik USK. – Moglibyśmy przyjmować więcej chorych, ale ograniczeniem są kontrakty z NFZ.

Ponad 1000 dni czekania

Pacjenci, którzy chcą skorzystać z porad specjalistów klinicznych i tak mają „szczęście", bo mogą zapisać się w kolejkę. Tymczasem większość białostockich poradni kardiologicznych czy endokrynologicznych wyczerpała już tegoroczne limity i nie prowadzi zapisów na przyszły rok.

Dramatycznie długie są też kolejki na usunięcie zaćmy. W białostockim szpitalu klinicznym trzeba poczekać ponad 950 dni, a w wojewódzkim – ok. 500 dni. Podobnie jest ze wstawieniem endoprotezy biodra: w USK – 529 dni, w wojewódzkim – aż 1020!

– Rzeczywiście, kolejki do niektórych przychodni są długie – przyznaje Adam Dębski, rzecznik podlaskiego NFZ. – Tam gdzie możemy, interweniujemy, aby je skrócić, ale nie wszystko zależy od NFZ. Dużym problemem jest bowiem brak lekarzy specjalistów, przez co niektóre poradnie składają ofertę na minimalny tygodniowy czas pracy. Przez to, nawet gdy w kolejce jest niewielu pacjentów, wydłuża się ona na wiele tygodni. W tej sytuacji zwiększenie wartości umowy nie rozwiązuje problemu, gdyż – mówiąc wprost – brakuje lekarzy, aby wykorzystać w całości kontrakt. Kupujemy tyle świadczeń, na ile nas stać. W przeliczeniu na liczbę mieszkańców kupujemy najwięcej porad kardiologicznych czy endokrynologicznych w kraju. ▲

Białystok >>

Zmądrzeje w więzieniu

Na rok i trzy miesiące pozbawienia wolności został w czwartek skazany 30-letni Rafał W., sprawca wypadku samochodowego, w którym ciężko ranny został jego pasażer. Sąd orzekł wobec mężczyzny także pięcioletni zakaz prowadzenia samochodów osobowych i obowiązek wpłaty 500 zł na cele społeczne. Wyrok jest prawomocny.

Do zdarzenia doszło pod koniec września ub.r. w Rudce (powiat bielski). 30-latek – mimo 11 wypitych piw – wsiadł za kierownicę hondy. Na łuku drogi jego auto zjechało na pobocze, uderzyło w znak drogowy i słup elektryczny. Pasażer hondy doznał złamania talerza biodrowego i stłuczenia miednicy. Rafał W., zamiast udzielić mu pomocy, uciekł z miejsca wypadku.

Sąd Rejonowy w Bielsku nie miał wątpliwości co do jego winy i skazał go na 15 miesięcy pobytu w zakładzie karnym. Z tym wyrokiem nie zgodził się obrońca Rafała W., twierdząc, że kara jest zbyt surowa i godzi głównie w najbliższych skazanego, będącego jedynym żywicielem rodziny. Wnosił o wymierzenie kary z warunkowym zawieszenie. Jednak sąd drugiej instancji utrzymał wyrok w mocy.

– Rafał W. był już karany trzykrotnie, w tym dwa razy za jazdę samochodem w stanie nietrzeźwości. Sąd dawał mu szansę na zmianę swego zachowania (orzekł obowiązek prac społecznych lub grzywnę – przyp. red.) – tłumaczył sędzia Dariusz Niezabitowski z Sądu Okręgowego w Białymstoku. – Widać, że niczego go to nie nauczyło. Może surowsza sankcja sprawi, że pójdzie po rozum do głowy. **(ika)**

promocja

Już **dziś**
dodatek telewizyjny

a w nim bezpłatne programy naziemnej telewizji cyfrowej



Bial

W numerze:

▲ **Białystok. Polonez wolontariuszy.** Kilkanaście par zatańczyło w czwartek na placu przed białostockim ratuszem poloneza prowadzonego przez Krzysztofa Szubzdę i Kasię Garłukiewicz (na zdjęciu). To znak, że do finału akcji Szlachetna Paczka zostało tylko sto dni. >>4



Sport:

▲ **Piłka nożna. Nie ma żadnego fatum Widzewa.** – Nie mamy jakiejś psychozy Widzewa. Ostatnie porażki na łódzkim stadionie są tylko statystykami. Dzisiejsi piłkarze Jagiellonii nie odczuwają żadnego fatum – mówił przed sobotnim meczem trener Jagi Piotr Stokowiec. >>16



W poniedziałek:

▲ Wyjaśnimy, jakie kryteria trzeba spełniać, by w rozpoczynającym się roku szkolnym móc skorzystać z pomocy w ramach rządowego programu „Wyprawka szkolna". Dofinansowanie kosztów zakupu podręczników przez rodziców może wynosić nawet 770 zł.

Sonda

Jak Pani/Pan wspomina lata szkolne?



▲ Elżbieta Iwanowicz
nauczycielka, Białystok
Z uśmiechem na twarzy wspominam czasy, gdy byłam po drugiej stronie biurka. Jako pilna uczennica nigdy nie nadużywałam cierpliwości nauczycieli. Porównując swoje lata szkolne z dzisiejszym poziomem edukacji, nie widzę znaczących różnic. Jedynie w pedagogach „wyrobiła się" wyrozumiałość, której brakowało. **PM**



▲ Michał Jemielity
handlowiec, Śniadowo
Bardzo miło wspominam lata szkolne, a szczególnie – naukę w III LO w Łomży. Pamięta się tych ostrych nauczycieli: z historii, z chemii... A najbardziej – wspólne wypady z koleżankami i kolegami do ogródków piwnych. Żałuję, że tamte znajomości się „rozeszły". Ostatni zjazd klasowy miałem jeszcze na studiach. **PCh**



▲ Henryka Pietruczuk
kucharka, Ełk
Kiedyś szkoły wyglądały zupełnie inaczej niż teraz, każdy miał ogromny szacunek do nauczycieli. Uważam też, że poziom nauczania był zdecydowanie wyższy, a każdy uczeń w szkole był traktowany jednakowo. Ponadto nosiło się mundurki, które teraz wracają do placówek, z czego bardzo się cieszę. Miło wspominam tamte czasy. **kow**



▲ Adam Sieńko
leśnik, Augustów
Kiedyś uczniowie tworzyli jedną, wielką rodzinę. Nie było zawiści, niezdrowej rywalizacji, podziałów na lepiej czy gorzej ubranych. Razem bawiliśmy się i wspieraliśmy się. Nauczyciel natomiast cieszył się autorytetem. Uczniom nawet przez myśl nie przechodziło, by sprzeciwiać się prośbom czy poleceniom pedagoga. **(hel)**

Leśnicy podebrali miód dzikim pszczołom, żyjącym w kłodzie



H. Wysocka

Pierwsze od stuleci miodobranie z kłody bartnej odbyło się w czwartek w Augustowie. Dzikie pszczoły zgromadziły kilka kilogramów miodu. Leśnicy ocenili, że jest go wystarczająco dużo, by owady mogły przetrwać zimę. Mało tego, kilka płatów ociekającego miodem wosku trafiło na stół dla gości bacznie obserwujących otwarcie wiszącego na drzewie „ula". Można było spróbować miodu wielokwiatowego oraz tzw. spadziowego.
– Wyśmienity, jest mniej słodki niż z tradycyjnego ula – oceniała augustowianka Urszula Turowska.
Nadleśnictwo Augustów jest koordynatorem projektu, który ma doprowadzić do odtworzenia tradycyjnego bartnictwa.
– Pszczoły są bardzo pożyteczne i to nie tylko z uwagi na miód. Owady zapylają bowiem 70 procent roślin – przypomina nadleśniczy Tadeusz Wasilewski.
Tymczasem dzikie pszczoły nie mają szans na przetrwanie w lesie. Przede wszystkim dlatego, że dziuple w drzewach są dla nich zbyt ciasne, by można było zgromadzić w nich pożywienie. Poza tym, pszczoły są łakomym kąskiem dla kun. Dlatego wiosną tego roku m.in. na Augustowszczyźnie zostało zamontowanych kilka bartnych kłód. Jedna z nich znajduje się obok siedziby augustowskich leśników. Pszczoły osiedliły się w niej w ostatnich dniach czerwca. Leśnicy szacują, że w kłodzie jest około dwóch tysięcy owadów.
O tym, dlaczego pszczoły są dzikie, dlaczego truteń nie ma ojca i kiedy z ula wyrzucana jest matka, napiszemy za tydzień, w magazynowym wydaniu „Współczesnej".

(hel)

Oświata >> W poniedziałek uczniowie idą do szkół

Reforma programowa ominęła tylko gimnazja

W rozpoczynającym się roku szkolnym największe zmiany czekają część uczniów szkół podstawowych i ponadgimnazjalnych. Powodem jest reforma programowa.

Oznaczała ona dla rodziców uczniów klas piątych podstawówek i drugich szkół ponadgimnazjalnych konieczność zakupu zupełnie nowych podręczników. Ale to tylko początek zmian.

Specjalizacja w klasie drugiej

Obecnie sprawdzian szóstoklasisty polega na rozwiązywaniu 26 zadań z arkusza, sprawdzających poziom opanowania umiejętności czytania, pisania, rozumowania, korzystania z informacji oraz wykorzystywania zdobytej wiedzy w praktyce. Od 2015 r. sprawdzian będzie składać się z dwóch części, odbywających się jednego dnia. Pierwsza sprawdzi wiadomości i umiejętności z języka polskiego i matematyki. Druga – wiedzę z języka obcego.

W klasach drugich szkół ponadgimnazjalnych wprowadzono nowe plany nauczania. Zgodnie z nimi w zacznie się zacznie się specjalizacja nauki pod kątem przyszłych studiów. W klasach pierwszych generalnie wszyscy uczyli się tego samego. Teraz uczeń będzie poznawał wybrane przez niego przedmioty w zakresie rozszerzonym. Może zdecydować się na dwa, trzy lub cztery. Przy czym co najmniej jednym musi być: historia, biologia, geografia, fizyka lub chemia.

Uczeń, który nie wybierze historii w zakresie rozszerzonym, będzie miał przedmiot uzupełniający „historia i społeczeństwo". Kto nie będzie uczył się w zakresie rozszerzonym biologii, chemii, fizyki lub geografii, musi chodzić na lekcje przyrody. Przedmiot ten obejmuje on wiedzę z zakresu nauk matematyczno-przyrodniczych.

Kolejną nowością jest to, że zniknie prezentacja maturalna z jęz. polskiego.

Liczba dnia

200

tys. uczniów i przedszkolaków
w woj. podlaskim zacznie 2 września nowy rok szkolny

Cieszą się rodzice, ale nie nauczyciele

Istotne dla rodzinnych budżetów jest wejście w życie 1 września tzw. ustawy przedszkolnej. Dzięki niej zmaleją opłaty za pobyt dzieci w przedszkolach. Gminy będą bowiem otrzymywać z budżetu państwa dotacje na prowadzenie przedszkoli. Za to opłata za każdą dodatkową godzinę pobytu dziecka w przedszkolu ponad pięć bezpłatnych pięć godzin dziennie, nie może być wyższa niż 1 zł.

To dobra wiadomość dla rodziców, ale gorsza dla samorządowców. Już wiadomo, że rządowa dotacja nie wystarczy na pokrycie wszystkich kosztów opieki przedszkolnej. I gminy będą musiały wyłożyć na ten cel dodatkowe pieniądze.

W niewesołych nastrojach są też nauczyciele. W związku z malejącą liczbą dzieci, zmniejsza się liczba etatów. W woj. podlaskim około 650 z 24 tys. nauczycieli wróci po wakacjach do swego dotychczasowego miejsca pracy. 400 osobom nie przedłużono umów o pracę. 200 straciło pracę w związku z likwidacją szkoły lub mniejszym naborem, a 50 odeszło na emerytury lub za porozumieniem stron. **ab**

Kolej >>

Zmiany w rozkładzie

W poniedziałek, 2 września nastąpi kolejna w tym roku korekta rozkładu jazdy pociągów. W przypadku spółki Przewozy Regionalne nieco zmienią się godziny odjazdów i przyjazdów. Zmianom ulegnie też rozkład jazdy PKP Intercity.

I tak np. pociąg interRegio Szczeliniec relacji Białystok – Międzylesie wyjedzie ze stolicy woj. podlaskiego 4 minuty wcześniej (o godz. 9.34). Do stacji docelowej przyjedzie za to o godz. 23.02, czyli 56 minut później niż teraz.

Ze względu na prace remontowe na odcinku Białystok – Czarna Białostocka, w dniach 9-12, 16-19 i 23 września zostanie tam uruchomiona zastępcza komunikacja autobusowa.

Z kolei niektóre pociągi PKP Intercity pojadą objazdami, inne będą kursować w skróconej relacji. Np. pociągi do Gdańska Głównego nie będą zatrzymywać się w soboty i niedziele na stacjach Gdańsk Wrzeszcz, Gdańsk Oliwa, Sopot i Gdynia Główna.

Podczas wdrażania zmian w rozkładach, na 19 największych dworcach w Polsce, pasażerów będą wspierać informatorzy mobilni. Jednak warto przed podróżą sprawdzić rozkład. **(ika)**

Pogoda >> na weekend

po południu / w nocy

BIAŁYSTOK

Piątek	Sobota	Niedziela
21° 10°	21° 12°	16° 7°
Ciśnienie 999 hPa	Ciśnienie 995 hPa	Ciśnienie 995 hPa

SUWAŁKI

Piątek	Sobota	Niedziela
20° 10°	20° 11°	15° 6°
Ciśnienie 993 hPa	Ciśnienie 988 hPa	Ciśnienie 987 hPa

ŁOMŻA

Piątek	Sobota	Niedziela
22° 11°	21° 12°	17° 8°
Ciśnienie 999 hPa	Ciśnienie 995 hPa	Ciśnienie 996 hPa

EŁK

Piątek	Sobota	Niedziela
21° 10°	20° 11°	16° 7°
Ciśnienie 1000 hPa	Ciśnienie 996 hPa	Ciśnienie 998 hPa

Policja >> Trwa postępowanie dyscyplinarne przeciwko trzem funkcjonariuszom

Rzecznik: Patrole były, ale są do nich zastrzeżenia

Prokuratura sprawdza, czy doszło do nieprawidłowości w zakresie pełnienia dodatkowych, płatnych patroli przez funkcjonariuszy Komendy Miejskiej Policji w Białymstoku. Jak podał kilka dni temu dziennik „Rzeczpospolita", mundurowi przez co najmniej dwa lata brali pieniądze za patrole, których nie było.

– Tego typu sformułowania autorki, bez wskazania czytelnikom szczegółowego kontekstu sprawy, w naszym przekonaniu stanowią swoistą manipulację uderzającą w ogół białostockich policjantów – uważa podinsp. Andrzej Baranowski, rzecznik podlaskiego komendanta wojewódzkiego.

Jak podaje, w 2011 r. policjanci z komendy miejskiej zrealizowali 1 082 służby ponad normę, a w 2012 r. – 1 369. Pieniądze na ten cel przekazał Urząd Miasta w Białymstoku, a nie – jak podała „Rzeczpospolita" – Komenda Wojewódzka Policji w Białymstoku.

– Te liczby wskazują, jak wielu policjantów dzięki temu mogło być dodatkowo skierowanych „na ulicę". Tymczasem wątpliwości co do prawidłowego rozliczenia tego rodzaju służby zaistniały w odniesieniu do trzech funkcjonariuszy – podkreśla podinsp. Baranowski. – I to właśnie na podstawie materiałów przesłanych przez policję zagadnienie to jest badane w ramach śledztwa prowadzonego przez Prokuraturę Okręgową w Białymstoku.

Postępowanie jest prowadzone „w sprawie". Żadnemu z policjantów dotychczas nie przedstawiono zarzutów. Niezależnie od tego, sama KMP w Białymstoku prowadzi postępowania dyscyplinarne przeciwko wspomnianym trzem policjantom.

– Na obecnym etapie tego postępowania dostrzeżone zostały nieprawidłowości natury służbowej, dotyczące sposobu pełnienia dodatkowych służb i ich dokumentowania – uzupełnia rzecznik podlaskiej policji. – Potwierdzenia nie znalazły natomiast podejrzenia o niepełnieniu służby przez funkcjonariuszy i pobieraniu za to wynagrodzenia.

Dodaje, że celem ponadnormatywne służb było od lat zapewnienie bezpieczeństwa i porządku wszystkim mieszkańcom powiatu białostockiego, a nie – jak sugeruje „Rzeczpospolita" – zapobieganie wydarzeniom o podłożu rasistowskim. **(ika)**

Szpital >>

Generator do walki

Znamy już metodę, która ma pomóc Uniwersyteckiemu Szpitalowi Klinicznemu w Białymstoku zwalczyć ostatecznie bakterię legionelli w ciepłej wodzie. To generator dwutlenku chloru. Placówka kończy właśnie rozmowy z dwiema firmami, które zaproponowały taką metodę walki z tymi pałeczkami. Poprzednie próby walki – płukanie rur gorącą wodą, nie przyniosły efektu.

– O wyborze firmy, która przeprowadzi działania, decydować będzie cena i czas, w ciągu którego będzie ona w stanie zamontować urządzenie do dezynfekcji wody – mówi Katarzyna Malinowska-Olczyk, rzeczniczka szpitala. – Liczymy, że w ciągu kilku dni po podpisaniu umowy urządzenie to zostanie zamontowane i uruchomione, a w ciągu kolejnych 3-4 tygodni uzyskamy właściwe parametry wody i pozbędziemy się bakterii legionella.

Przypomnijmy, że sanepid nakazał szpitalowi uporać się z bakterią do końca sierpnia. To niemożliwe, dlatego szpital wystąpił o przedłużenie tego terminu do listopada.

– Jednocześnie w związku z tym, że podczas wcześniejszych dezynfekcji termicznych udało nam się ponad 50-krotnie obniżyć ilość bakterii w 100 ml wody, wystąpiliśmy do sanepidu o wydanie warunkowej zgody na korzystanie z pryszniców na wszystkich oddziałach, gdzie nie ma pacjentów o znacznie obniżonej odporności – dodaje Malinowska-Olczyk. **(luk)**

Pierwsze urodziny fundacji Budujemy Ludzi



A. Zgliet

Sześciometrowa laurka z życzeniami powstała przy okazji obchodów pierwszych urodzin Fundacji Budujemy Ludzi. Impreza odbywała się w czwartek na Rynku Kościuszki.
– Przez ten rok zorganizowaliśmy m.in. majowy festyn rodzinny Budujemy Ludzi „Rodzinne świętowanie" z koncertem chóru Trzecia Godzina Dnia, w którym udział wzięło ok. 5 tys. osób – wylicza Magdalena Szkuta, specjalista ds. projektu fundacji. – Podejmujemy kroki w kierunku promocji rodziny i modelu spójnego wychowania w duchu wartości chrześcijańskich. Od września rusza katolickie przedszkole, do którego zapisy wciąż trwają. Fundacja Budujemy Ludzi została założona w sierpniu 2012 roku, jednak jej założenia realizowane są już od prawie 20 lat, kiedy to powstała katolicka szkoła podstawowa im. ks. Franciszka Blachnickiego w Białymstoku. Największym przedsięwzięciem Fundacji jest budowa Centrum Edukacyjno-Formacyjnego Pokolenia JPII.

(luk)

Społeczeństwo >> M.in. przy ul. Kilińskiego 13, Sienkiewicza 6 i Lipowej 16

Atrakcyjne lokale do wynajęcia

Szykują się kolejne przetargi na atrakcyjne lokale w centrum miasta. Na czele z tym przy ul. Kilińskiego 13.

Cena wywoławcza pierwszego przetargu wynosiła 40 zł brutto za mkw. Teraz została obniżona o pięć złotych. Zarząd Mienia Komunalnego będzie próbował po raz drugi wynająć lokal przy ul. Kilińskiego 13. Do tej pory mieściła się tu restauracja Cabaret. ZMK wypowiedział najemcy umowę, bo ten zalegał z czynszem. Pierwszy przetarg na wynajem pomieszczenia (ma 204 mkw.) odbył się 22 sierpnia. Kolejny zaplanowano na 20 września na godz. 10 w siedzibie ZMK przy ul. Bema 89/1. Chętni mogą wpłacać wadia (w wysokości 21 420 zł) do 17 września.

Lipowa 16 i Sienkiewicza 6

Tymczasem szykują się kolejne przetargi na wynajem atrakcyjnych lokali w centrum. 16 września odbędzie się przetarg na ten przy ul. Lipowej 16. Lokal ma 107 mkw. Cena wywoławcza to 50 zł brutto za mkw. Za taką samą stawkę można wynająć lokal przy ul. Sienkiewicza 6 (ma 31,20 mkw.). Przetarg również zaplanowany jest na 16 września.

Liczba dnia

35

zł

wynosi cena wywoławcza za mkw. za wynajem lokalu po dawnym Cabarecie.

Kolejne atrakcyjne lokale w centrum to ten przy ul. Jurowieckiej 34. Stawka wywoławcza to 20 zł brutto za mkw. (lokal ma 74, 87 mkw.). Przetarg odbędzie się 19 września, podobnie zresztą jak w przypadku lokalu przy ul. Waryńskiego 3/5 (ma 35,60 mkw.). Tutaj cena wywoławcza to 25 zł brutto za mkw.

Lokal po salonie sukien

W najbliższym czasie ma się też odbyć przetarg na wynajem pomieszczenia na pierwszym piętrze budynku przy ul. Skłodowskiej 15 (obok znajduje się Hortex). Do tej pory działał tam salon sukien ślubnych.

Wciąż nie wiadomo, kiedy ZMK będzie chciał wynająć lokal przy Rynku Kościuszki 11. Jeszcze do niedawna mieściła się tu restauracja Bierhalle. Została zamknięta, bo dzierżawca zalegał z czynszem. Chodziło o kwoty rzędu kilkuset tysięcy złotych. Inwestor obiecywał też, że nad ostatnim piętrem wzniesie przeszkloną nadbudowę. Miały tam powstać m.in. lokale na biura i dom handlowy. Nic z tego nie wyszło.

Zarząd Mienia Komunalnego już w październiku zeszłego roku wypowiedział więc umowę. Dzierżawca miał opuścić lokal. Nie uczynił tego. Dlatego też ZMK zmuszony był wszcząć postępowanie egzekucyjne. Lokal stoi pusty do dziś.

(art)

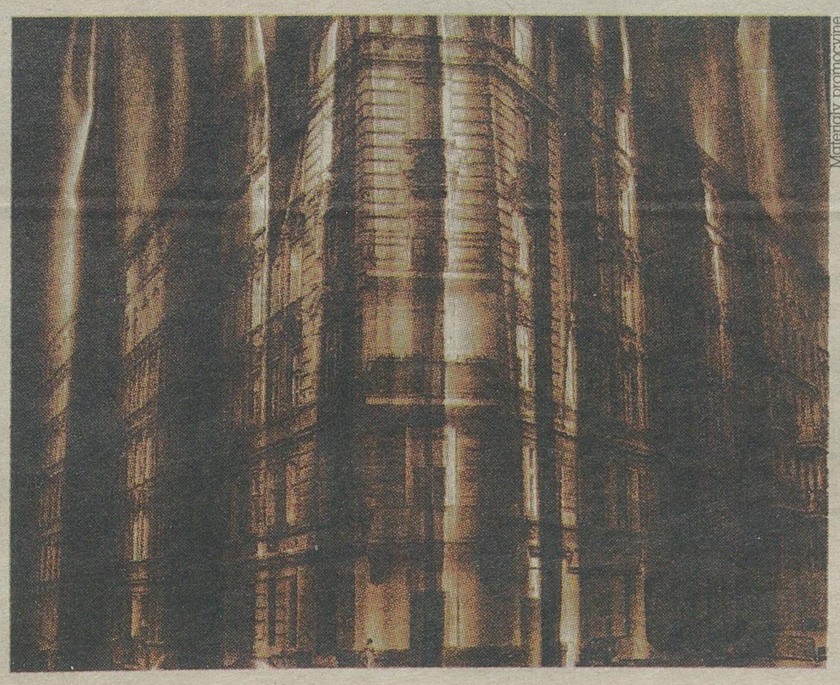
Posprzątajmy

▲ **Sprzątanie Supraśli w sobotę.** Członkowie Bractwa Cerkiewnego Św. Mikołaja, Stowarzyszenia Miłośników Rzeki Supraśl, wędkarze, harcerze i przedstawiciele władz samorządowych już w sobotę rano wyruszą na sprzątanie rzeki Supraśl. Tak jak rok temu akcja odbywać się będzie z kajaków i łódek. Zacznie się o godz. 8 w Gródku. O godz. 9 sprzątający pojawią się w Supraślu. Wędkarze z Wasilkowa mają zbiórkę o godz. 14 przy zalewie w Wasilkowie. W akcji może wziąć udział każdy chętny. Informacje pod nr tel. 602277647.

(luk)

Spektakl, koncert i warsztaty we Wsi Bocianiej już w sobotę

Unia Teatr Niemożliwy zaprasza na koncert, warsztaty i spektakl. A to w ramach projektu Teatr Polska 31 sierpnia w Europejskiej Wsi Bocianiej w Pentowie k. Tykocina. Warsztaty rozpoczną się o godz. 16. O godz. 17.30 w planach jest występ muzyczny. Koncerty wykonywane na instrumentach klasycznych odbywają się na łące w każdą ostatnią sobotę, od maja do października. W tym miesiącu zagra ESSENTIAL DUO (Gustaw Ciężarek – skrzypce, So-Yeon Lim – fortepian). Na koniec pokazany zostanie spektakl „Drugi Pokój – impresja wg Zbigniewa Herberta" (na fot.) w reż. Doroty Anny Dąbek. To ciekawy eksperyment teatralny łączący w sobie elementy teatru cieni, fotografii, słuchowiska radiowego i projekcji multimedialnych. **(uk)**


Materiały promocyjne

Społeczeństwo >> Koniec wakacji z BOSiRem

W sobotę plaża, potem lodowisko

Eliminacje do Mistrzostw Polski Skuterów Wodnych będą główna atrakcją ostatniej wakacyjnej soboty na miejskiej plaży w Dojlidach.

– To ostatnie tegoroczne zawody w ramach MP, tak więc na starcie powinni stanąć zawodnicy krajowej czołówki, a także goście z sąsiednich państw – mówi Piotr Janicki z Białostockiego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

Rejestracja zawodników rozpocznie się o godz. 7.30. Zawody będą odbywać się od godz. 11.30. – Zapraszamy serdecznie wszystkich kibiców, bowiem czekają nas niepowtarzalne sportowe emocje! Imprezę współorganizujemy z Klubem Sportowym Jet Sport, Polskim Związkiem Motorowodnym i Narciarstwa Wodnego – dodaje przedstawiciel BOSiR.

Przypomina, że sezon na plaży w Dojlidach właśnie się kończy, ale na innych obiektach rozpoczyna się.

– W każdy weekend września odbywać się będą imprezy lekkoatletyczne na naszym stadionie przy ul. 11 Listopada 28. Rozpoczynamy w niedzielę, 1 września, Mistrzostwami Województwa Młodzików. Rozpoczną się o godz. 10 i potrwają do godz. 16 – informuje Piotr Janicki.

W niedzielę 1 września zmienia godziny pracy lodowisko przy ul. 11 Listopada. Otwarte będzie codziennie. W dni powszednie od godz. 17 zaś w niedzielę i święta od godz. 11.

– Informujemy jednocześnie, że od pierwszego września na lodowisku działać będzie system rabatowej Karta Sportu, a także Białostocka Karta Dużej Rodziny – dodaje Piotr Janicki.

Więcej informacji o tym w cenniku na stronie www.bosir.bialystok.pl

(mg)

bial

Pow. bielski >> Pijany kierowca uciekał

Potrącił policjanta

Prokuratura Rejonowa w Bielsku Podlaskim prowadzi śledztwo przeciwko Markowi B., który nie zatrzymał się do kontroli drogowej i próbował potrącić policjanta.

Do zdarzenia doszło w piątek, 23 sierpnia w miejscowości Proniewicze. Marek B. miał blisko 2 promile alkoholu w wydychanym powietrzu, kiedy wsiadł za kierownicę volkswagena i wyruszył w drogę. Natknął się na kontrolę drogową. Jednak zamiast zatrzymać się na wezwanie policjanta, wcisnął gaz i ruszył na funkcjonariusza. Potrącony mundurowy upadł, doznając otarcia i stłuczenia ramienia.

Marek B. usłyszał zarzuty czynnej napaści na policjanta w związku z pełnieniem przez niego obowiązków służbowych oraz prowadzenie samochodu osobowego w stanie nietrzeźwości.

Marek B. przyznał się do winy. Grozi mu kara do 10 lat pozbawienia wolności. Prokuratura chciała, aby na czas śledztwa mężczyzna trafił do tymczasowego aresztu. Jednak sąd nie uwzględnił wniosku śledczych. Decyzja nie jest jeszcze prawomocna.

(ika)

promocja



MOBILNA
STREFA BIZNESU
www.m.podlaskie.strefabiznesu.pl
STREFABIZNESU
LOKALNY PORTAL GOSPODARCZY

reklama

PomocnaPożyczka
WSPARCIE FINANSOWE DLA CIEBIE I TWOJEJ FIRMY
Pożyczki dla Rolników
Nie martw się ZADZWOŃ:
Ogólnopolska infolinia 22 266 86 86
www.pomocnapozyczka.pl



Podlaskie >> Akcja Szlachetna Paczka potrzebuje kilkuset osób

Polonez wolontariuszy

Kilkanaście par zatańczyło poloneza na placu przed białostockim ratuszem. To znak, że do tegorocznego finału akcji Szlachetna Paczka zostało już tylko sto dni.

Urszula Ludwiczak
uludwiczak@wspolczesna.pl



fot. A. Zaniet

Do prowadzonego przez (od prawej) Krzysztofa Szubzdę i Kasię Garłukiewicz poloneza Szlachetnej Paczki poza wolontariuszami włączyli się mieszkańcy miasta

Dlatego też wolontariusze projektu, na wzór maturzystów przygotowujących się do egzaminu dojrzałości, zatańczyli w czwartek studniówkowego poloneza. Prowadziła go para znanych białostoczan: satyryk Krzysztof Szubzda i wokalistka Kasia Garłukiewicz.

Taka studniówka odbyła się wczoraj w 13 polskich miastach. Skąd pomysł?

– Szlachetną Paczkę śmiało można nazwać egzaminem dojrzałości społeczeństwa – w projekcie Polacy mogą sprawdzić się w wolontariacie i dobroczynności – mówi Paulina Jeżerys, koordynator regionalny akcji w woj. podlaskim. – Próbie poddany zostaje poziom zaufania społecznego i otwartości na innych ludzi.

W tym roku finał akcji zaplanowany został na 8-9 grudnia. Najwyższy więc czas, aby zgromadzić wolontariuszy, którzy wezmą udział w projekcie. Najpierw będą musieli dotrzeć do najbardziej potrzebujących osób w swojej okolicy, stworzyć wraz z nimi listę najpotrzebniejszych sprawunków, a potem paczkę – stworzoną przez ludzi dobrej woli – zawieźć do takiej rodziny.

– W naszym regionie potrzebujemy około 500 wolontariuszy – mówi Jeżerys. – Na razie mamy 25 osób. Dlatego namawiamy wszystkich, aby zgłaszali się do udziału naszej akcji. Można to zrobić za pośrednictwem strony www.superw.pl.

W ub.r. Szlachetna Paczka dotarła do około 700 rodzin w woj. podlaskim. Paczki robili m.in. znani białostoczanie, zachęcając innych do takiego gestu.

– Mamy nadzieję, że podobnie będzie także w tym roku i żadna potrzebująca rodzina nie zostanie bez pomocy – mówią organizatorzy akcji.

Supraśl >> Monaster chce odrestaurować zabytek, który pochodzi z XVI wieku

Katakumby będą atrakcją turystyczną

W supraskich katakumbach ruszyły prace archeologiczne i architektoniczne. Mają one pomóc w ustaleniu obecnego stanu, pochodzącego z XVI w., zabytku. Monaster chce go uratować przed całkowitym zniszczeniem. Renowacja mogłaby rozpocząć się w przyszłym roku.

Znajdujące się w sąsiedztwie supraskiego klasztoru katakumby to jeden z najciekawszych zabytków Podlasia. Obejmują ponad 90 nisz grzebalnych. Byli tam chowani mnisi i dobroczyńcy klasztoru.

Jednak przez lata katakumby niszczały. Monaster w Supraślu chce je odrestaurować. Byłyby atrakcją dla turystów i uzupełnieniem bogatej historii miasteczka. Właśnie rozpoczęły się prace nad przygotowaniem dokumentacji konserwatorsko-budowlanej. Urząd marszałkowski przyznał na to klasztorowi 14 tys. zł.

– Czas najwyższy, by zająć się ratowaniem tego unikatowego w skali Polski i Europy Środkowej zabytku. Nasze prace mają doprowadzić do odsłonięcia reliktów katakumb – podkreśla dr hab. Maciej Karczewski, archeolog nadzorujący prace.

– Chcemy ustalić pierwotny stan budowli oraz udostępnić go do dokładnej inwentaryzacji – dodaje Krzysztof Kulesza, który prowadzi tutaj badania architektoniczne.

Naukowcy przypuszczają, że katakumby były budowane w dwóch etapach, południowa część powstała później.

– Według miejscowych przekazów, krypta była połączona podziemnym przejściem z klasztorem – zauważa Kulesza.

Naukowcy chcą sprawdzić te informacje. Na razie w trakcie odgruzowywania robotnicy natrafili na pojedyncze szczątki ludzkie.

– Prawdopodobnie były one wyrzucone z nisz grzebalnych – uważa Maciej Karczewski.

Badania potrwają do początków października.

– Potem przygotujemy dokumentację projektową. Umożliwi ona wykonanie zniszczonych elementów zabytków z pozostawieniem oryginalnych części – tłumaczy dr inż. architekt Tomasz Ołdytowski z Towarzystwa Przyjaciół Supraśla.

Następnie klasztor będzie ubiegać się o pozwolenie na budowę. Trzeba też zdobyć fundusze. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, renowacja ruszy w 2014 r.

(jul)

Bielsk Podlaski >> Pierwsze nieudane podejście do emisji miejskich obligacji

Miasto potrzebuje pieniędzy na pokrycie długów

Bielscy radni miejscy nie zgodzili się na emisję obligacji na kwotę 5,9 mln zł, co miało m.in. pomóc spłacić zaciągnięte kredyty.

Za przyjęciem uchwały było 10 osób, przeciw – osiem, dwie wstrzymały się. Do bezwzględnej większości zabrakło jednego głosu.

– Uchwała została przegłosowana, ale nie została przyjęta - powiedział w środę skarbnik miejski Janusz Panasiuk.

Bielsk Podlaski chce wyemitować 5,9 tys. obligacji, o wartości 1 tys. zł każda. Pieniądze uzyskane z ich emisji miałyby posłużyć m.in. do spłaty – przypadających na ten rok – zobowiązań wynikających z kredytów i pożyczek zaciągniętych na sfinansowanie budżetowego deficytu.

Według planów samorządu, wykup obligacji nastąpiłby w latach 2022-2024, odsetki miałyby być wypłacane w okresach półrocznych, liczonych od daty emisji. Wydatki związane z wykupem obligacji i wypłatą oprocentowania miałyby być pokryte z dochodów własnych miasta w latach 2013-2024.

W tegorocznym budżecie miasta zapisana jest kwota 1,4 mln zł kredytu na częściowe sfinansowanie deficytu i spłatę wcześniejszych zobowiązań. W budżecie po stronie dochodów zaplanowano ok. 65,8 mln zł, po stronie wydatków – ok. 66,1 mln zł. Panasiuk dodał, że poziom zadłużenia samorządu sięga „trzydziestu kilku procent".

To pierwsza próba emisji obligacji przez Bielsk Podlaski. W ocenie skarbnika, sprawa nie jest zamknięta, bo może wrócić na najbliższą, wrześniową sesję lub trafić na sesję nadzwyczajną.

10 mln zł z emisji obligacji chce pozyskać także Hajnówka – tam radni zgodzili się na ten pomysł. Pieniądze zostałyby przeznaczone na spłatę kredytów i inwestycje.

(PAP)

biał,maz,lom

Rozmowa >> z Markiem Sadowskim, liderem Formacji Gigant

Disco polo wciąż żyje!

▲ Skąd pomysł na własny zespół?

– **Marek Sadowski, lider Formacji Gigant:** Historia zaczęła się od tego, że poznałem Kamila Chludzińskiego, lidera zespołu EXTAZY. Po kilku spotkaniach zabrał mnie na koncert. Spodobało mi się. Chciałem dowiedzieć się więcej o samej muzyce i o tym, jak dobrze ją robić. Wtedy Kamil pokazał mi kilka rzeczy i powiedział co i jak. Zacząłem ćwiczyć w domu. Śpiewałem różne teksty piosenek, doskonaliłem ruchy sceniczne. Wcześniej już miałem doświadczenie z nieco innym gatunkiem muzyki. I chyba dlatego nieźle mi to wszystko wychodziło. Po kilku próbach pojeździłem z Kamilem na koncerty i doszedłem do wniosku, że czas na własny zespół.

▲ Dlaczego disco polo?

– Nigdy się nad tym nie zastanawiałem. Ale myślę, że to muzyka łatwa lekka i przyjemna. Dodatkowo dosyć dobrze rozpromowana w naszym regionie. W końcu województwo podlaskie nazywane jest stolicą disco polo. Więc może stąd wzięło się moje zainteresowanie. W końcu dobrze jest robić coś, co jest nam bliskie, na czym się znamy.

▲ Z jakim przyjęciem wśród fanów się spotykacie?

– Nasi fani są cudowni. Bardzo przyjaźni i mili. Fajnie przyjmują wokal, a do zespołu podchodzą z bardzo dużym entuzjazmem. Potrafią nas zaskoczyć różnymi, czasem śmiesznymi, czasem wzruszającymi sytuacjami. Dodatkowo razem z nami – Gigantami – nieźle się bawią (śmiech). Zdarzają się też oczywiście osoby, które krytykują. Ale nie jest to krytyka konstruktywna, a przez takie osoby często przemawia zazdrość o to, że komuś coś wychodzi.



Archiwum artysty

Marek Sadowski i Gigant wystąpią w Mońkach

▲ Jak stworzyć dobry hit disco polo?

– Na to nie ma zasady. To zależy od odbiorców. Od tego jak przyjmą aranżację i tekst piosenki.

▲ Najbardziej niezapomniany koncert?

– Dużo jest takich. Nie zapadł mi w pamięć taki jedyny koncert. W każdym miejscu jest coś nowego, fajnego i śmiesznego.

▲ Skąd wzięła się nazwa formacji?

– Interesują mnie sporty walki MMA. Sam trenuję. Pewnego razu usiedliśmy sobie z trenerem Lechem Gorczakiem i zaczęliśmy rozmawiać. Właśnie trener był tą osobą, która wysłała mi różne propozycje nazwy. W oko wpadł mi Gigant. Zadzwoniłem do jednego człowieka, do drugiego i zapytałem co o tym sądzą. Ich reakcja była entuzjastyczna. Stwierdzili, że „krótkie, fajne, może być". Później do nazwy Gigant dołączyłem jeszcze jeden człon i tak powstała „Formacja Gigant". Od tamtej pory właśnie pod tą nazwą gramy.

▲ Najmilsze wspomnienie związane z fanami, koncertem, kręceniem teledysku...?

– Najmilszym wspomnieniem było to, jak grałem podczas akcji charytatywnej na pomoc dzieciom z autyzmem. Pamiętam, że na koncercie była garstka ludzi i na licytacji pomogłem uzbierać pokaźną sumkę dla dzieciaków. Lubię pomagać w szczytnych celach. Jeżeli zaś chodzi o teledysk, to muszę wspomnieć o teledysku zespołu WEEKEND, w którym grałem jako statysta. To był klip do piosenki „Za każdą chwilę z tobą". To był mój pierwszy raz na planie i spodobało mi się. Zobaczyłem, jak się kręci klip, co się dzieje na planie teledysku, jak trzeba się zachowywać przed kamerą i w końcu – jak długo nagrywa się teledysk. Bardzo się cieszę, że mogłem poznać Radka Liszewskiego. Na planie panowała megafajna atmosfera. Bardzo miło i sympatycznie wspominam ten teledysk. Pojawiłem się również u Zbyszka Perkowskiego z zespołu FOKUS, w klipie do piosenki „Ogień w sobie masz". Było nieźle. Pomagałem w organizacji klipu, nawet ogarnęła mnie swoista gorączka. Było dużo biegania, załatwiania. W takich sytuacjach człowiek dużo się uczy od innych. Ogólnie to chciałem bardzo podziękować tym panom za to, że dali mi szansę. A w ostatni weekend grałem w teledysku Braci Lewkowskich do piosenki „Marysia gandzia". I to był zupełnie inny świat: pościgi, strzelanina. Było bardzo śmiesznie, a efekt będzie można niedługo zobaczyć. W przyszłym tygodniu planujemy nakręcić własny klip do piosenki „Promień miłości". Jej premiera odbędzie się podczas I Podlaskiej Gali Muzyki Tanecznej w Mońkach już 30 sierpnia. Zapraszam wszystkich gorąco.

▲ Czy disco polo wraca do łask?

– Myślę, że disco polo nigdy nie zaginęło. Zawsze miało swoich odbiorców. Z tym że teraz mamy większe możliwości jej promowania. Są gazety, jest radio, telewizja, internet. Dzięki nim możemy promować disco polo na cały świat. Pamiętam, że kiedyś, jak jeszcze byłem mały, to na Polsacie był z rana program, w którym pokazywano 10 najlepszych piosenek tygodnia. Później na jakiś czas program zniknął z anteny, ale widzę, że teraz to wraca. Że ludzie w końcu widzą, że ta muzyka nie jest w niczym gorsza od popu czy dance. Poza tym zespoły ostatnimi czasy zaczęły robić mocniejsze kawałki, a wszystko jest o niebo lepszej jakości niż kiedyś.

▲ Gdyby nie disco, to...?

– Na pewno bym się nie rozstał z dj-ką i dalej bym działał z muzyką techno-house.

▲ Czy tekst w muzyce disco polo to najważniejsza część piosenki?

– Moim zdaniem dużą rolę odgrywa tekst, który po prostu musi wpadać w ucho. Ale aranżacja też się liczy i też musi zapadać w pamięć. Tak, żeby słuchaczowi „chodziła nóżka". Bo to przecież oznacza, że beat się podoba!

▲ Plany na najbliższy czas?

– Tak, jak już wspominałem, na dniach nagrywamy teledysk do piosenki. Chcemy tez w końcu wypuścić płytę. Trzymajcie kciuki! **Rozmawiała Urszula Krutul**

Wygraj bilet

Mamy dla Was bilety na piątkową galę w Mońkach. Piszcie maila w piątek o godz. 11 na ukrutul@wspolczesna.pl. W treści podajcie swoje dane, nr tel. i uzasadnienie dlaczego chcecie bilet.



Organizatorzy: Miasto Mońki, Gazeta Współczesna
Sponsorzy: Moto Agro, Żubr, W ciąży nie piję alkoholu
Patroni: DiscoPortal.info, Radio Jard 89,2 FM, teraz białystok, kurier Poranny, TVP Białystok, radio 5.com.pl, Radio 5, TICKETPRO www.ticketpro.pl, NDK Grajewo, Kurier Jankowscy T. i Z., disco party.pl, disco polo.pl

Białystok >> Nasz festiwal w czołówce w zestawieniu dziennikarzy filmowych

ŻUBROFFKA liczy się na świecie

Białystok pojawił się wśród tak filmowych miast, jak Berlin, Rotterdam, Bruksela, Turyn czy Kraków. Wszystko za sprawą ŻUBROFFKI.

Urszula Krutul
ukrutul@wspolczesna.pl

Festiwal ŻUBROFFKA znalazł się obok tak prestiżowych festiwali jak Cannes, Sundance czy Oberhausen. Wszystko za sprawą dziennikarzy portalu Daazo.com (wydawca jednego z najważniejszych magazynów filmowych, w całości dedykowanych filmom krótkometrażowym „World of Shorts"). Umieścili oni białostocką imprezę na liście kilkunastu festiwali filmowych z całego świata, na który warto zgłosić swój film.

– Na świecie jest mnóstwo festiwali i fajnie jest się pojawić w takim gronie – mówi Maciej Rant z Białostockiego Ośrodka Kultury, organizatora festiwalu. – To wyróżnienie mocno nas motywuje i dopinguje do dalszej pracy, żeby kolejne edycje były jeszcze lepsze. I żeby widzowie widzieli, że ekipa, która odpowiada za ŻUBROFFKĘ, czyli Białostocki Ośrodek Kultury i DKF „GAG", nie śpi. Że będzie naprawdę świetnie i że czeka nas wielkie święto krótkometrażowego kina i muzyki. I że filmowo grudzień będzie należał do Białegostoku.



Kijek/ Adamski

We wrześniu będzie miała miejsce premiera nowej czołówki festiwalu (na zdj. kadr) stworzonej przez duet Kijek/Adamski oraz strony internetowej ŻUBROFFKI

Białostocki Ośrodek Kultury – DKF „GAG" rozpoczął nabór na tegoroczny festiwal w czerwcu i czeka na filmy polskich i zagranicznych twórców do 24 października włącznie. W zeszłym roku festiwal odwiedziło przeszło 4 tysiące widzów, a pokazanych zostało ponad 250 krótkometrażowych produkcji z całego świata. Jak będzie w tym roku? Okaże się już w grudniu.

Organizatorzy spodziewają się jeszcze większej liczby zgłoszeń niż rok temu. Już mają ponad 100 filmów z całego świata: Egiptu, Kanady, Izraela, Rosji, Anglii. Selekcjonerzy imprezy przygotowują specjalne programy tematyczne, prezentujące wybrane zagraniczne kinematografie narodowe czy unikalne pokazy, takie jak np. ubiegłoroczne Midnight Shorts (oddające hołd kinu klasy B) czy Sexy Dolls (erotyczne animacje krótkometrażowe). Co ciekawe, festiwal nie zamyka się tylko na region podlaski. Ekipa ŻUBROFFKI najciekawszych produkcji krótkometrażowych z Polski i ze świata będzie poszukiwała na: PFFF w Gdyni, International Film Festival Message to Man (Rosja), Encounters Short Film and Animation Festival (Anglia), International Film Festival Listapad (Białoruś) oraz na specjalnych pokazach podczas Festiwalu Filmowego Opolskie Lamy i Ogólnopolskiego Festiwalu Filmów Amatorskich i Niezależnych w Gnieźnie. Tam oprócz pokazu filmowego ekipę ŻUBROFFKI będzie wspierać podlaska muzyka – projekt Zerova zagra Gombrowicza. Dodatkowo w Petersburgu zostaną zaprezentowane najciekawsze filmy z X lat działalności akcji Filmowe Podlasie Atakuje!.

Krótko

▲ Czarna Białostocka >> Dożynki Wojewódzkie i Spotkania Hubertowskie w Puszczy Knyszyńskiej już 1 września. W programie m.in.: uroczyste msze św. w kościele i cerkwi; przemarsz z wieńcami dożynkowymi nad zalew Czapielówka; oficjalne uroczystości z obrzędem dzielenia się chlebem wypieczonym z mąki z tegorocznych zbiorów; rozstrzygnięcia i podsumowania konkursów; koncerty: Miejskiej Orkiestry Dętej z Białegostoku, zespołu Cygańskie Serca, Reprezentacyjnego Zespołu Muzyki Myśliwskiej Polskiego Związku Łowieckiego pod kierownictwem Mieczysława Leśniczaka oraz Zespołu Pieśni i Tańca Kurpie Zielone. Nie zabraknie wystaw płodów rolnych, pokazów maszyn i sprzętu rolniczego, popisów sygnalistów i zespołów łowieckich oraz stoisk producentów regionalnej żywności i podlaskich rzemieślników. A 31 sierpnia na strzelnicy w Karakulach odbędą się zawody strzeleckie, zaś w kościele pw. św. Rodziny w Czarnej Białostockiej – Międzynarodowe Sympozjum Historyczno-Naukowe „Zwierzyna gruba w kulturze łowieckiej i leśnej w Polsce, Litwie i na Białorusi".

▲ Dobrzyniewo Duże >> Dożynki Gminne to święto ludowe połączone z obrzędami dziękczynnymi za ukończenie żniw i prac polowych. O godz. 12 rozpocznie się uroczysta msza św. w kościele ZNMP w Dobrzyniewie Kościelnym. O godz. 13.30 czeka nas korowód dożynkowy, przemówienia, poświęcenie nowego wozu strażackiego. O godz. 14 ogłoszone zostaną wyniki konkursów „Mój Dom w Europie" oraz „Najpiękniejszy ogród"; występować będą zespoły folklorystyczne, a w części rozrywkowej od godz. 20 zagrają Bracia Lewkowscy, zespół Forti i Din Dong, który reaktywowano specjalnie na Dożynki. **(uk)**

Białystok >>

Muzealny Plac Zabaw

Rzut kostką, pionek przesuwamy na pole ze zdjęciem menażki! Szybki rzut oka na salę – jest, leży tam, w trzeciej gablocie! Trzeba się czegoś o niej dowiedzieć i biec do planszy... Takie emocje gwarantuje Muzealny Plac Zabaw.

W sobotę Muzeum Wojska w Białymstoku zaprasza dzieci do zabawy. Zajęcia nawiązywać będą do wydarzeń II Wojny Światowej. Uczestnicy zagrają w grę, będą poznawali wybrane eksponaty z sali „Przeciw dwóm wrogom 1939-1956", rywalizowali ze sobą i żegnali wakacje. Chętni powinni pojawić się w Muzeum Wojska (ul. J. Kilińskiego 7), w godz. 13-14.30. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci w wieku 6-9 lat, cena biletu to 5 zł od dziecka. Obowiązują zapisy: tel. 85 741 64 49 lub mpawelska@mwb.com.pl. **(uk)**

Siemiatycze >> Już w piątek niezwykłe wydarzenie. Przyjść może każdy. Naprawdę warto!

Filmowo oraz muzycznie w starej synagodze

GW patronat

Fundacja Legalna Kultura zaprasza na niecodzienne wydarzenie. Już 30 sierpnia w siemiatyckiej synagodze o godz. 19 rozpocznie się projekcja niemego filmu „Rok 1863" z muzyką Michała Lorenca, na żywo graną przez DesOrient.

Film jest jednym z najcenniejszych zabytków polskiego filmu. Pierwsza adaptacja „Wiernej rzeki" Stefana Żeromskiego z 1922 została pieczołowicie odrestaurowana na podstawie dwóch zachowanych wersji, które w pewnym stopniu różnią się od siebie. Niezwykłe efekty żmudnej pracy konserwatorów obejrzą mieszkańcy Siematycz, z inicjatywy Filmoteki Narodowej i Legalnej Kultury.

Fundacja działa po to, aby uświadomić ludziom, że sposób, w jaki korzystamy z kultury, ma na nią ogromny wpływ. Pokazuje, jak ważne jest przyzwolenie społeczne dotyczące statusu dostępu do kultury z legalnych źródeł. Bez naszej akceptacji nie będzie możliwości, aby owe źródła powstawały. Nie tylko twórcy i producenci odpowiadają za ich dostępność. Legalne źródła będą dostępne w sieci wyłącznie wtedy, kiedy będzie miał kto z nich korzystać. Fundacja chce też zwrócić uwagę na fakt, że tylko za naszym przyzwoleniem rynek kultury może rozwijać się i istnieć. Im więcej będzie legalnych źródeł dostępu, tym taniej będzie można z nich korzystać. Dlatego tak ważne jest doprowadzenie do stanu, w którym będziemy świadomie wybierać źródła, z jakich korzystamy. Takie akcje, jak ta w Siemiatyczach, na pewno w tym pomogą. **(uk)**

Materiały promocyjne



W Siemiatyczach zobaczymy odrestaurowaną wersję filmu „Rok 1863" Edwarda Puchalskiego z 1922 r. To pierwsza adaptacja „Wiernej rzeki" Stefana Żeromskiego.

bial.lom

Polityka >> Partia

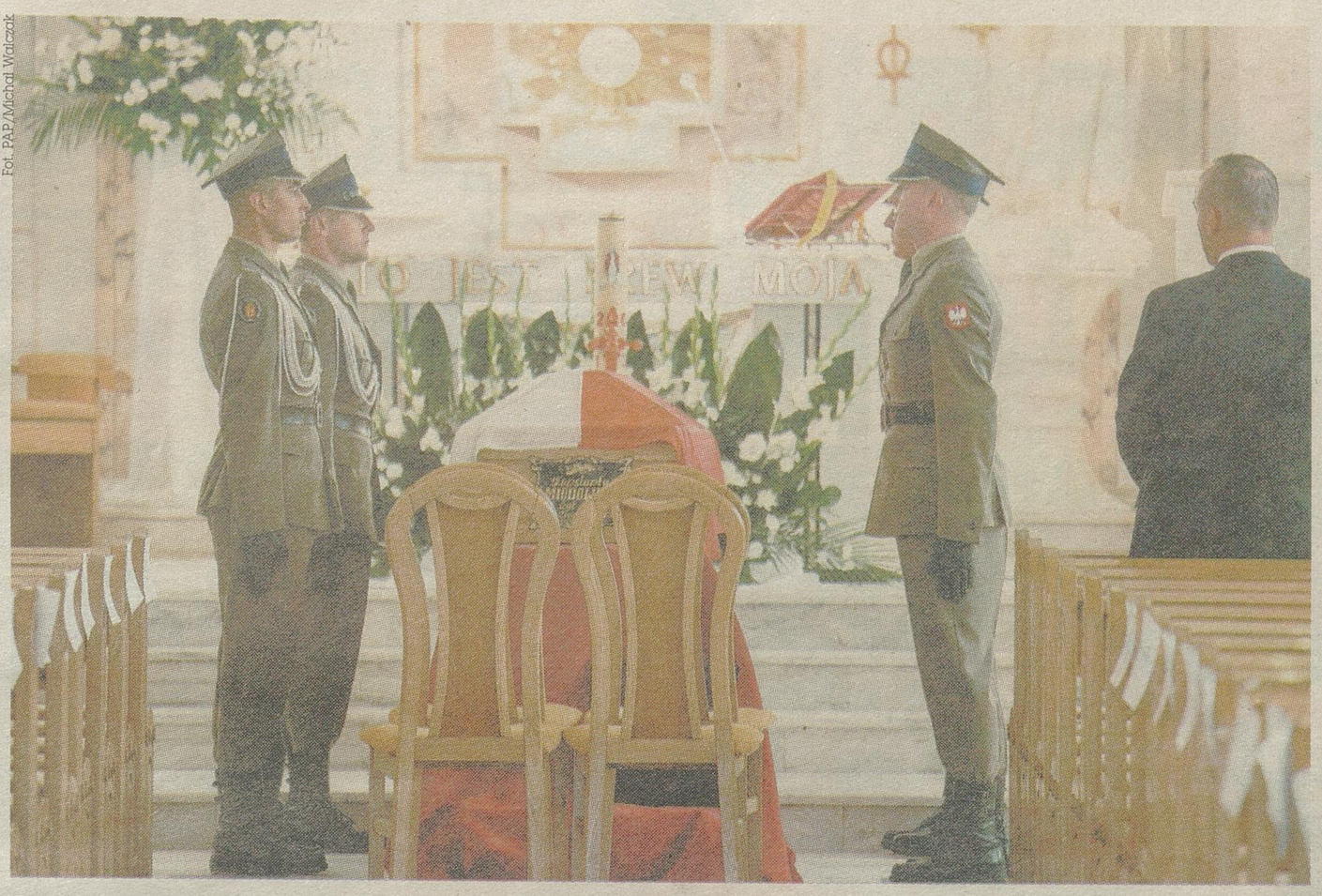
Nie po drodze z Palikotem

Ryszard Kalisz i Paweł Piskorski poinformowali, że nie przyłączą się do nowej partii budowanej na bazie Ruchu Palikota. Z kolei Marek Siwiec przyznaje, że rozmawia z Januszem Palikotem o przekształceniu jego formacji i „jest prawdopodobne", że zostanie jednym z jej liderów.

Kalisz kieruje Stowarzyszeniem Dom Wszystkich Polska, Piskorski jest szefem Stronnictwa Demokratycznego, a Siwiec liderem Ruchu Społecznego Europa Plus – wszystkie te organizacje zaangażowane są w inicjatywę Europa Plus, która tworzona była m.in. z myślą o wystawieniu wspólnej centrolewicowej listy w przyszłorocznych wyborach do Parlamentu Europejskiego.

Działacz inicjatywy Europa Plus Jan Hartman mówił niedawno, że udało się dojść do porozumienia politycznego z Palikotem i powstanie nowa partia „naszczepiona na pniu organizacyjnym Ruchu Palikota" jako partii parlamentarnej. W środę Palikot powiedział, że 5-6 października na nadzwyczajnym kongresie jego Ruchu dojdzie do połączenia kilku środowisk politycznych i powstanie nowa centrolewicowa partia. **(PAP)**

Ostatnia droga Konstantego Miodowicza



Fot. PAP/Michał Walczak

Człowiek wiary i miłości do ojczyzny – tak o zmarłym pośle PO Konstantym Miodowiczu mówił w czwartek biskup kielecki Kazimierz Ryczan podczas mszy pogrzebowej w kościele pw. Bożego Ciała w Busku Zdroju .
W uroczystościach pogrzebowych w Busku Zdroju uczestniczyli przedstawiciele parlamentu i rządu, z marszałek Sejmu Ewą Kopacz oraz premierem Donaldem Tuskiem.
Prezydent Bronisław Komorowski odznaczył pośmiertnie Miodowicza Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski za wybitne zasługi w działalności na rzecz przemian demokratycznych w Polsce i szczególne osiągnięcia w długoletniej służbie państwu i społeczeństwu. Miodowicz zmarł w miniony piątek w Warszawie w wieku 62 lat. Był wieloletnim posłem, szefem kontrwywiadu i współtwórcą polskich służb specjalnych po 1989 r.. W czasach PRL był aktywnym członkiem opozycji antykomunistycznej.

(PAP)

Edukacja>> Ministerstwo dołoży do wyprawki szkolnej prawie 180 mln złotych

Będzie pomoc dla tysięcy rodzin

575 tys. uczniów może dostać wsparcie na zakup podręczników szkolnych. Pomoc w ramach programu „Wyprawka szkolna" waha się od 225 zł do 770 zł.

MEN na „Wyprawkę szkolną" przeznaczy w tym roku prawie 180 mln zł. Wsparciem materialnym mają być objęci uczniowie klas I-III szkoły podstawowej, klasy V szkoły podstawowej oraz klasy II szkoły ponadgimnazjalnej. Dla uczniów klas pierwszych szkoły podstawowej dochód uprawniający do uzyskania pomocy nie może przekraczać kwoty 539 zł netto na osobę w rodzinie. Dla uczniów pozostałych klas objętych programem jest to dochód nieprzekraczający 456 zł netto na osobę w rodzinie.

Dodatkowo 5 proc. uczniów niespełniających żadnego z kryteriów może otrzymać wyprawkę na podstawie pozytywnej decyzji wójta, burmistrza lub prezydenta miasta.

– To ok. 97 tys. uczniów – mówi wiceszefowa MEN Joanna Berdzik.

Dofinansowanie zakupu podręczników będzie wynosić: dla uczniów klas I-III szkoły podstawowej do 225 zł, dla uczniów klas V szkoły podstawowej – do 325 zł, dla uczniów klasy II zasadniczej szkoły zawodowej – do 390 zł, dla uczniów klasy II liceum lub technikum – do 445 zł.

Podręczniki za darmo

Do 2015 r. resort edukacji przygotuje bezpłatne e-podręczniki w ramach programu „Cyfrowa szkoła". Przewiduje on powstanie 18 e-podręczników do 14 różnych przedmiotów, które będą przeznaczone do użytku w szkołach podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. – Rok 2015 to jest rok, w którym wszyscy będą mieli do czynienia z pełnym zasobem edukacyjnym dostępnym w sposób bezpłatny – zapewniła wiceszefowa MEN. E-podręczniki umieszczone zostaną na specjalnej platformie internetowej.

W przypadku korzystania przez uczniów niepełnosprawnych z podręczników do kształcenia specjalnego wysokość pomocy może wynosić do 770 zł w szkole podstawowej, i do 607 zł w gimnazjum.

– To o wiele więcej niż podaje PiS – mówiła wczoraj w Sejmie wiceszefowa MEN Joanna Berdzik.

Skąd temat wyprawki znalazł się w centrum politycznego sporu? W czwartek posłanki PiS Józefa Hrynkiewicz i Barbara Bartuś przedstawiły problem kosztów podręczników szkolnych i wyposażenia uczniów, które ponoszą rodziny o niskich dochodach. Ich zdaniem, w Polsce jest bardzo wiele rodzin, których nie stać na wydatek 500 zł na szkolną wyprawkę. Zasugerowały, że w tym roku szkolnym beneficjentami programu „Wyprawka szkolna" może być tylko 36 tys. uczniów.

– Posłanki PiS podały błędną informację – dodała Joanna Berdzik. - Nieprawdą jest także, że w tym roku pomoc dla jednego ucznia będzie wynosić 32 zł. **(PAP)**

Projekt ustawy >>

Więcej praw mieszkańców

Do Sejmu trafi w piątek prezydencki projekt ustawy samorządowej; jej głównym celem jest zwiększenie wpływu mieszkańców na działanie samorządów.

Prezydencki minister Olgierd Dziekoński zaznaczył, że projekt zwiększy możliwości uczestniczenia mieszkańców w formułach demokracji bezpośredniej. Jedną z nich – dodał – będzie prawo mieszkańców do inicjatywy uchwałodawczej.

Prezydencki projekt zakłada też, że referenda lokalne byłyby ważne bez względu na liczbę uczestniczących w nich osób. Wyjątek stanowić miałoby referendum w sprawie odwołania organu jednostki samorządu wyłonionego w wyborach bezpośrednich – dla ważności takiego referendum konieczna byłaby frekwencja nie mniejsza niż w czasie wyborów tego organu. **(PAP)**

Konflikt >> Przed interwencją Zachodu w Syrii

Rosja wysyła okręty bojowe na Morze Śródziemne

Rosja wysyła na wschodnią część Morza Śródziemnego krążownik rakietowy i niszczyciel w związku z tamtejszą „dobrze znaną sytuacją – poinformowała w czwartek agencja Interfax, odnosząc się do obecnego kryzysu w Syrii.

Agencja powołała się na źródło w rosyjskim sztabie generalnym. Wg niego obecna sytuacja „wymaga pewnych dostosowań" eskadry sił morskich na Morzu Śródziemnym, którą w najbliższych dniach uzupełnią oba okręty.

Dowództwo marynarki wojennej zaprzeczyło później, by posunięcie to miało związek z wydarzeniami wokół Syrii zaznaczając, że chodzi o planowaną od dawna rotację okrętów na Morzu Śródziemnym. Nie podała jednak, ile okrętów wysłano tam obecnie i jakiego są one rodzaju.

Początkowa wiadomość Interfaxu deklarowała wyraźnie, iż chodzi o wzmocnienie śródziemnomorskiej eskadry, a nie o wymianę jej jednostek. Na razie nie wiadomo, jaki jest powód sprzeczności między obu doniesieniami.

Szef rosyjskiego sztabu generalnego, generał Walerij Gierasimow zapowiedział w czerwcu ciągłą rotację okrętów na Morzu Śródziemnym, zapewniającą utrzymanie mniej więcej stałej liczby ponad dziesięciu bojowych i pomocniczych jednostek pływających.

Śródziemnomorska eskadra marynarki wojennej FR składa się obecnie z 16 okrętów, w tym niszczycieli – „Admirał Pantieliejew" i „Siewieromorsk", fregaty „Jarosław Mądry", a także dużych okrętów desantowych – „Pierieswiet", „Admirał Niewielskij", „Nikołaj Filczenkow" i „Azow".

W najbliższych dniach dołączy do nich niszczyciel Floty Północnej, a nieco później – krążownik rakietowy „Moskwa". **(PAP)**

Afganistan >> Polacy byli przygotowani i się obronili

Atak rozpoczęli samobójcy

Sprawcy środowego ataku na bazę Ghazni sforsowali ogrodzenie, detonując 1,5 t materiałów wybuchowych. Szturm odpierali Polacy, Amerykanie i Afgańczycy, którzy ponieśli największe straty – poinformowało w czwartek Dowództwo Operacyjne Sił Zbrojnych.

Jak poinformował zastępca rzecznika prasowego DOSZ mjr Marek Pietrzak, grupa rebeliantów przypuściła atak na bazę z dwóch kierunków. Atak zainicjowała detonacja przy zewnętrznym ogrodzeniu bazy ok. 1,5 tony materiałów wybuchowych, którymi wypełniono samochód-pułapkę.

Przez wyrwę w ogrodzeniu na teren bazy usiłowało wtargnąć ośmiu-dziesięciu zamachowców samobójców.

– Grupa ta została błyskawicznie wyeliminowana przez polskich żołnierzy. Jednocześnie rebelianci przeprowadzili ostrzał bazy – podało DOSZ.

Polscy strzelcy wyborowi i wspierający ich żołnierze sił szybkiego reagowania udaremnili podjętą z innego kierunku próbę ataku – także z wykorzystaniem samochodu wyładowanego materiałami wybuchowymi.

Kierowca samobójca, zatrzymany i otoczony, nie mając możliwości podjęcia walki, zdetonował ładunek.

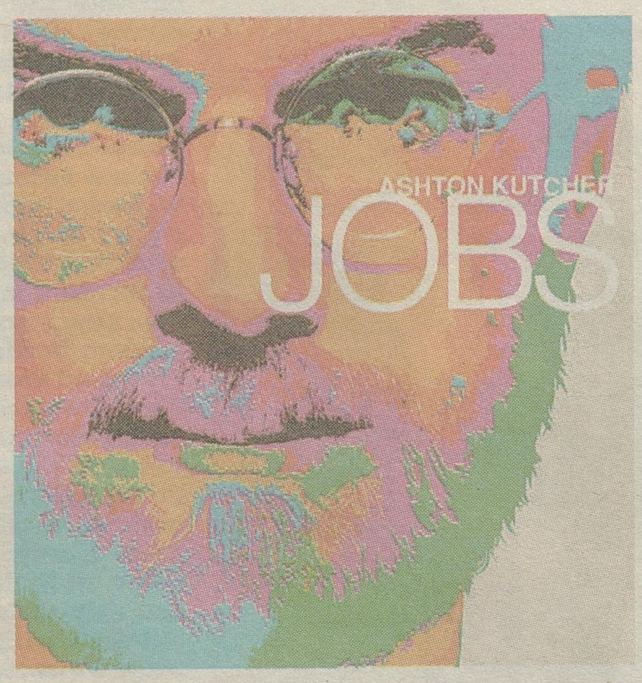
Ochronę bazy aktywnie wsparli żołnierze trzeciej brygady armii afgańskiej i afgańscy policjanci, którzy w krótkim czasie pojawili się w rejonie walk, i tworząc zewnętrzny kordon również podjęli walkę z rebeliantami.

Efektem wspólnych działań było zabicie blisko dwudziestu rebeliantów, z których część miała na sobie tzw. kamizelki samobójcy.

W wyniku działań rebeliantów rannych zostało kilkunastu polskich i amerykańskich żołnierzy. Jeden Polak jest w stanie ciężkim, a jeden amerykański żołnierz poniósł śmierć. Po stronie afgańskich sił bezpieczeństwa zginęło 7 żołnierzy i policjantów.

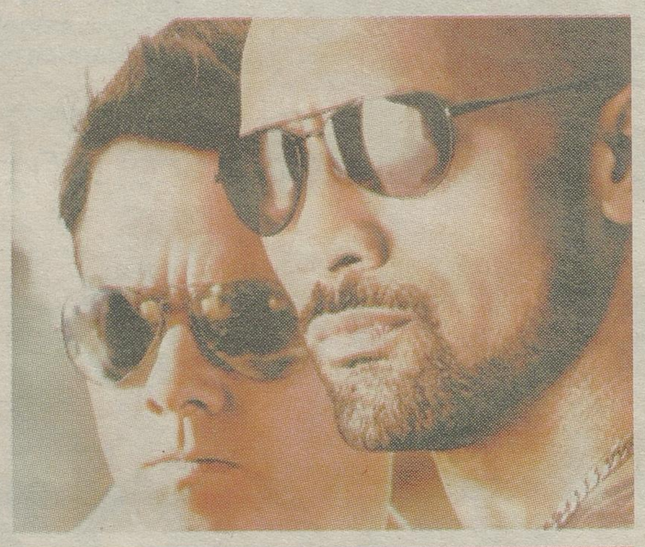
W wyniku ataku ucierpiała także miejscowa ludność cywilna. Siedem osób zginęło, a ok. pięćdziesięciu znajduje się w szpitalu w mieście Ghazni. **(PAP)**

Jobs



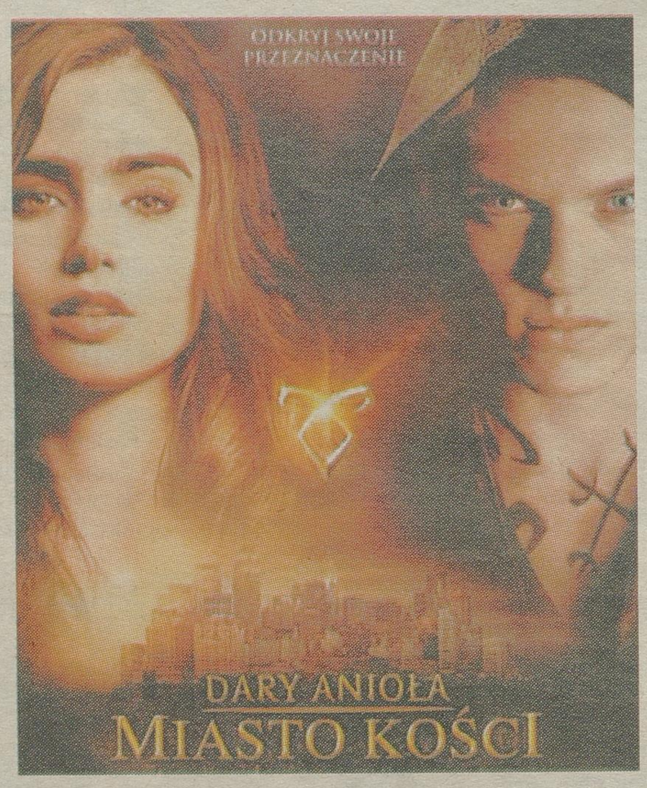
▲ **Jobs**
USA, 2013
▲ **Reż. Joshua Michael Stern**
▲ **Wyk:** Ashton Kutcher,
Steve Jobs był jedną z kluczowych postaci końca XX wieku. Nie ukończywszy nigdy studiów, pokazał wszystkim dookoła, że posiadając wspaniałą wizję i żelazną determinację oraz bezwzględnie trzymając się raz wyznaczonego celu, można zmienić świat. Jobs był współzałożycielem firmy Apple, a także głównym wynalazcą pierwszych domowych komputerów. To właśnie dzięki jego uporowi i talentowi lata później do życia zostały powołane takie produkty jak iPad czy iMac, które stanowią dzisiaj dla wielu ludzi podstawę codziennego życia. „jOBS" Joshuy Michaela Sterna to film, który pokazuje początki kariery Steve'a Jobsa oraz wszystkie przeszkody, które musiał pokonać, by móc zrealizować swą nie posiadającą ekwiwalentów w ówczesnej rzeczywistości wizję.
▲ **Kino:** Helios w galerii Biała w Białymstoku, Cinema Lumiere w Suwałkach.

Sztanga i cash



▲ **Sztanga i cash**
USA, 2013
▲ **Reż. Michael Bay**
▲ **Wyk:** Dwayne Johnson, Mark Wahlberg, Ed Harris,
Perypetie pracownika klubu fitness i jego kompanów, którzy pewnego dnia postanawiają porwać i oskubać z kasy jednego ze swoich bogatych klientów. Mózgiem całej akcji jest Daniel Lugo, ambitny „wyznawca" kulturystyki, który do pomocy dobiera sobie przypakowanych jak on, ale niezbyt błyskotliwych osiłków - Adriana i Paula. Ich celem jest Victor Kershaw, przechwalający się swoimi sukcesami finansowymi nowobogacki biznesman. Lugo, który myśli, że zjadł wszystkie rozumy, bo naoglądał się filmów akcji i jego partnerzy popełniają kolejno wszystkie możliwe błędy.
▲ **Kino:** Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku

Dary Anioła: Miasto kości



▲ **Dary Anioła: Miasto kości**
USA, Niemcy, 2013
▲ **Reż. Harald Zwart**
▲ **Wyk:** Lily Collins, Jamie Campbell Bower, Lena Headey, Jonathan Rhys Meyers, Jemima West, Robert Sheehan, Kevin Durand, Robert Maillet
Ekranizacja światowego bestsellera, będącego pierwszą częścią serii sprzedanej w Polsce w ilości ponad 100 tysięcy egzemplarzy.
Współczesny Nowy Jork. Zwyczajna na pozór nastolatka Clary Fray przypadkiem odkrywa, iż należy do niezwykłej kasty Nocnych Łowców, pół aniołów, którzy toczą odwieczną walkę w obronie naszego świata przed atakami demonów. Wkrótce w tajemniczych okolicznościach znika matka dziewczyny. Clary przyłącza się do grupy Nocnych Łowców i wkracza do alternatywnego podziemnego świata, zamieszkałego przez wampiry, wilkołaki, wiedźmy, wróżki i demony. Obdarzona wyjątkowym darem dziewczyna będzie musiała stanąć do walki nie tylko o życie matki, ale o bezpieczeństwo ludzkiej rasy, która żyje w nieświadomości nadciągającego
▲ **Kino:** Millenium w Łomży, Cinema Lumiere w Suwałkach, Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku.

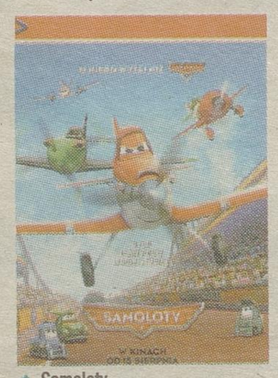
One direction: This is us



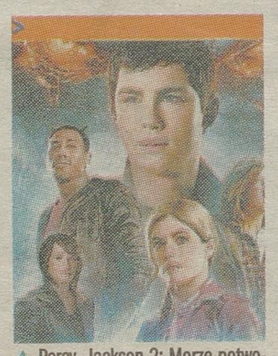
▲ **One direction: This is us**
USA, 2013
▲ **Reż. Morgan Spurlock**
▲ **Wyk:** Harry Styles, Liam Payne, Niall Horan, Zayn Malik,
Film, w którym zawarto materiały z koncertów na żywo, opowiada niezwykłą historię drogi do sławy Nialla, Zayna, Liama, Harry'ego i Louisa. Od ich skromnych początków w rodzinnych miejscowościach, poprzez udział w X-Factorze, podboju świata i występie w słynnej londyńskiej O2 Arena. Posłuchajcie, co mówią sami chłopcy i zobaczcie ich oczami, jakie naprawdę jest życie zespołu One Direction.
▲ **Kino:** Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku, Cinema Lumiere w Suwałkach.



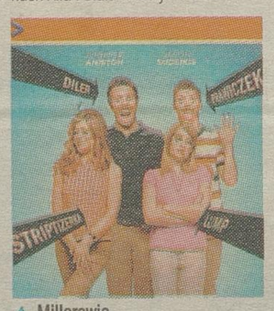
▲ **Blue Jasmine**
USA, 2013
▲ **Reż. Woody Allen**
▲ **Wyk:** Cate Blanchett, Alec Baldwin, Michael Emerson
Jasmine przywykła do wygodnej egzystencji u boku męża-biznesmena. Do świata luksusowych rezydencji i limuzyn, kolacji w najdroższych restauracjach Nowego Jorku i zakupów. Jednak kiedy mąż zostaje zatrzymany pod zarzutem malwersacji, a konta małżeństwa zablokowane, jej życie zmienia się nie do poznania. Żeby uniknąć kłopotliwych spotkań ze znajomymi z nowojorskiej elity, Jasmine przenosi się do San Francisco, by tymczasowo zamieszkać u swojej siostry Ginger. Szybko popada w konflikt z Chilim, narzeczonym siostry. Szukając mężczyzny dla siebie, postanawia przy okazji uszczęśliwić Ginger i znaleźć jej odpowiedniejszego partnera.
▲ **Kino:** Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku, Cinema Lumiere w Suwałkach, Iskra w Augustowie, Centrum Kultury w Ełku i Zambrowie.



▲ **Samoloty**
USA, 2013
▲ **Reż.: Klay Hall**
▲ **Scenariusz: Jeffrey M. Howard,**
Cierpiący na lęk wysokości mały samolot rolniczy marzy o wystartowaniu w największym w historii wyścigu powietrznym dookoła świata.
▲ **Kino:** Millenium w Łomży, Cinema Lumiere w Suwałkach, Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku.



▲ **Percy Jackson 2: Morze potworów**
USA, 2013
▲ **Reż.: Thor Freudenthal**
▲ **Wyk.:** Logan Lerman, Sean Bean, Jake Abel, Alexandra Daddario, Brandon T. Jackson, Leven Rambin, Nathan Fillion, Missi Pyle
Percy Jackson wyrusza na wyprawę, by odnaleźć bezcenne złote runo. Po drodze czekają go niezwykłe przygody i niewyobrażalne niebezpieczeństwa, a wśród nich starcie z morskimi potworami...
▲ **Kino:** Millenium w Łomży, Cinema Lumiere w Suwałkach, Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku.



▲ **Millerowie**
USA, 2013
▲ **Reż.: Rawson Marshall Thurber**
▲ **Wyk.:** Jason Sudeikis,
David Burke jest dealerem marihuany. Kiedy próbuje pomóc mieszkającym w sąsiedztwie nastolatkom, zostaje napadnięty przez trójkę bezdomnych punków. Kradną oni jego zapas narkotyków i pieniądze, przez co David staje się poważnym dłużnikiem swojego dostawcy....
▲ **Kino:** Millenium w Łomży, Cinema Lumiere w Suwałkach, Heliosy w galeriach Alfa i Biała w Białymstoku.

KINA > BIAŁYSTOK

KINO HELIOS

Atrium Biała, ul. Czesława Miłosza 2, (tel. 85 710 81 90),
www.heliosnet.pl

tytuł	godzina
Piątek, sobota, niedziela	
One direction: Thi is us	14.00 – seans tylko 30.08 i 1.09, 16.00 – seans tylko 30.08 i 1.09.
Sztanga i cash	11.45, 14.30, 17.15, 20.00.
Jobs	11.15, 14.00, 18.15, 21.00.
3D Percy Jackson 2: Morze potworów	10.45, 15.30.
2D Percy Jackson 2: Morze potworów	13.00.
Dary Anioła: Miasto kości	17.45, 20.45.
Blue Jasmin	14.15, 16.30, 19.00, 21.15.
Kick Ass 2	16.45, 19.15, 21.30.
Elizjum	11.00, 16.00, 18.45, 20.30.
Jeszcze większe dzieci	12.15.
Millerowie	18.30, 21.00.
Obecność	21.15.
Iluzja	13.30.
3D Samoloty	11.00, 13.00, 15.00, 17.00 – brak seansu 30.08 i 1.09.
2D Samoloty	10.00, 12.00, 14.00 – brak seansu 30.08 i 1.09, 16.00 – brak seansu 30.08 i 1 .09, 17.00 – seans tylko 30.08 i 1.09.
3D Smerfy 2	13.30, 18.00.
2D Smerfy 2	11.15, 15.45.

Od poniedziałku do piątku przed godz. 11 możliwa jest organizacja dodatkowych seansów dla grup zorganizowanych.
Kontakt pod numerem
tel. 85 710 91 72 lub 722 382 313.
Cennik biletów:
Wakacyjna promocja cenowa:
Bilety na seanse 2D – 16 zł, na seanse 3D – 18 zł.

KINO HELIOS

Galeria Alfa, ul. Świętojańska

tytuł	godzina
Piątek, sobota, niedziela	
Sztanga i cash	13.00, 17.15, 20.30.
One direction	12.00 – seans tylko 30.08 i 1.09, 18.00 – seans tylko 30.08 i 1.09.
Blue Jasmin	10.15, 12.30, 14.45, 17.00, 19.30, 21.45.
Dary Anioła: Miasto kości	10.15, 15.45, 19.00.
Elizjum	10.45, 13.15, 17.45, 20.00.
2D Percy Jackson 2: Morze potworów	12.15.
3D Percy Jackson 2: Morze potworów	10.00, 15.00.
Millerowie	15.30, 18.00 – brak seansu 30.08 i 1.09, 20.15.
Jeszcze większe dzieci	19.15, 21.30.
Obecność	18.30, 21.45.
Iluzja	21.00.
2D Samoloty	10.00, 12.00 – brak seansu 30.08 i 1.09, 14.00, 16.00.
3D Samoloty	11.30, 13.30, 15.30, 17.30.
2D Smerfy 2	10.30, 14.30.
3D Smerfy 2	12.45, 16.45.

Cennik biletów:
Wakacyjna promocja cenowa:
Bilety na seanse 2D – 16 zł, na seanse 3D – 18 zł.

KINA > SUWALSZCZYZNA

kino	tytuł	godzina
Suwałki CINEMA LUMIERE	One direction: This is us	(pt.,sb.,ndz.), 14.15, 18.00
	Jobs	(pt.,sb.,ndz.), 17.30, 20.30
	Blue Jasmine	(pt.,sb.,ndz.), 11.30, 15.30, 18.30
	Dary Anioła: Miasto kości	(pt.,sb.,ndz.), 14.00, 19.45
	Samoloty	(pt.,sb.,ndz.), 12.30
	Samoloty 3D	(pt.,sb.,ndz.), 10.45, 16.15
	Percy Jackson: Morze potworów	(pt.,sb.,ndz.), 13.30
	Percy Jackson: Morze potworów 3D	(pt.,sb.,ndz.), 16.30
	Millerowie	(pt.,sb.,ndz.), 20.00
	Smerfy 3D	(pt.,sb.,ndz.), 12.00
ISKRA Augustów	Blue Jasmine	(pt.,ndz.), 18.00, (sb.), 17.30
	Elizjum	(pt.,ndz.), 20.00, (sb.), 19.30

KINA > MAZURY

kino	tytuł	godzina
Ełk Centrum Kultury	Wakacje w kinie	(pt.), 11.00
	Blue Jasmine	(pt.,sb.,ndz.), 17.30,
	Pacific Rim	(pt.,sb.,ndz.), 19.45

KINA > ŁOMŻYŃSKIE

kino	tytuł	godzina
Zambrów CENTRUM KULTURY	Maraton Kac Vegas	(pt.), 17.30
	Blue Jasmine	(sb.,ndz.), 19.30
	Smerfy 2	(sb.,ndz.), 14.30, 17.00
Łomża MILLENIUM	Samoloty 2D	(pt.,sb.,ndz.), 14.15
	Percy Jackson: Morze potworów 3D	(pt.,sb.,ndz.), 16.00
	Dary Anioła: Miasto kości	(pt.,sb.,ndz.), 18.00
	Millerowie	(pt.,sb.,ndz.), 20.15

Białystok >> W sobotę na Rynku Kościuszki odbędzie się wielka impreza. Trzeba tam być!

Dobra muzyka na zakończenie lata

Będą to niezapomniane chwile z przebojami w urokliwej scenerii centrum miasta.

Wakacje w Białymstoku w tym roku zakończą się koncertowo. Na placu przed ratuszem wystąpią: Monika Brodka, Łukasz Zabrobelny, zespół Klezmafour oraz Stashka. To doskonała okazja, by przy dobrej muzyce i w doskonałym towarzystwie nabrać sił i energii na jesień. Rynek Kościuszki powinien pomieścić przynajmniej kilkadziesiąt tysięcy osób. – To będzie niezapomniany wieczór i niezwykłe pożegnanie wakacji – zachęca Marcin Kozłowski, dziennikarz muzyczny Polskiego Radia Białystok.



fot. Jarosław Antoniuk/mwmedia

Monika Brodka zagrała ze swoim zespołem już ponad 150 koncertów, odwiedziła m.in. festiwale Opene'er, Top Trendy, a także zagraniczne SXSW i NY Sound City

Bezpłatną plenerową imprezę rozgłośnia organizuje wspólnie z Białostockim Ośrodkiem Kultury. To jedno z najważniejszych wydarzeń tych wakacji. Niewykluczone, że impreza będzie stałym wydarzeniem kulturalnym Białegostoku.

– Proponujemy fajną imprezę z udziałem znanych, będących na topie gwiazd. Nie mamy żadnych wątpliwości, że wypadnie fantastycznie. Liczymy też na to, że wejdzie do stałego kalendarza imprez kulturalnych naszego miasta – mówi Włodzimierz Prochowicz, prezes Polskiego Radia Białystok. – W przyszłym roku planujemy dwudniową imprezę z gwiazdami i dodatkowymi imprezami kulturalnymi.

Jako główna gwiazda wystąpi Monika Brodka, która zaprezentuje materiał z doskonale przyjętej płyty „Granda". Koncerty tej artystki są niezwykle ciekawe nie tylko pod względem muzycznym, ale także wizualnym.

Na koncercie „Białystok – miasto dobrej muzyki" wystąpi też Łukasz Zagrobelny z piosenkami z płyty „Ja tu zostaję". Jego występ poprzedni koncert zespołu Klezmafour, który klezmerską tradycję przetwarza z rockowym pazurem i szczyptą bałkańskiego szaleństwa.

Natomiast całą imprezę otworzy muzyczne odkrycie – Katarzyna „Stashka" Stasiak, czyli wokalistka, kompozytorka, autorka tekstów, która zajęła pierwsze miejsce w tegorocznym konkursie „Przebojem na antenę", wystąpiła również w tegorocznych „Super Premierach" na festiwalu piosenki w Opolu.

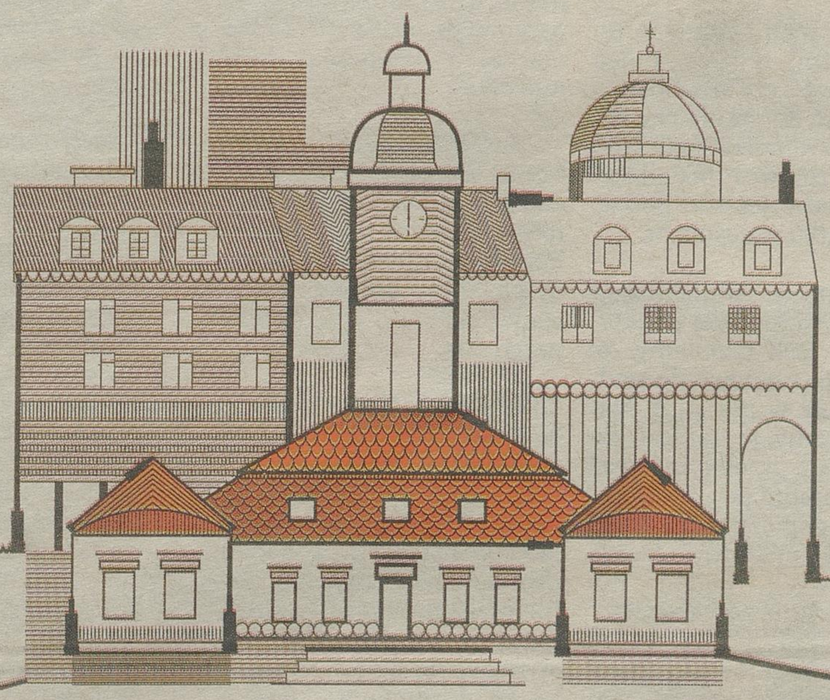
– Wybór artystów jest owocem wzajemnej współpracy oraz odpowiedzią na muzyczne gusta odbiorców – mówi Grażyna Dworakowska, dyrektorka Białostockiego Ośrodka Kultury.

Na deptaku warto pojawić się znacznie wcześniej. Tu będzie można podejrzeć pracę dziennikarza radiowego, zobaczyć jak wyglądają próby do koncertu. Plenerowe studio radiowe zacznie działać już o godz. 9 od strony Esperanto Cafe. **(ak)**

promocja

Białystok
miasto dobrej muzyki

31 sierpnia
Rynek Kościuszki



18:00
Stashka
Laureatka „Przebojem Na Antenę"
19:00
Klezmafour
20:30
Łukasz Zagrobelny
22:30
Brodka

włącz się!

ORGANIZATORZY: Polskie Radio Białystok, BOK Białostocki Ośrodek Kultury
WSPÓŁORGANIZATOR: Podlaskie
HONOROWY PATRONAT: Prezydenta Miasta Białegostoku
SPONSORZY: LOTTO, PGE PGE Dystrybucja SA, KONAR www.konar.net.pl
PATRONI MEDIALNI: TVP Białystok, Gazeta Współczesna, kurier Poranny
PARTNER MEDIALNY: GLOBART media Reklama zewnętrzna

Pierwszoklasista idzie do szkoły

EDUKACJA | Dla dzieci, które lada moment rozpoczną naukę, to będzie ogromny stres. Podpowiadamy, w jaki sposób możemy im pomóc oswoić strach.

Maria Szuster, psycholog z Bydgoszczy, radzi, by jak najwięcej rozmawiać z naszą pociechą. A wszystko dlatego, że wypowiedziany strach zmniejsza się. Ważne też, by dziecko zdobyło jak najwięcej informacji o tym, co je czeka, bo to, co niewiadome, potęguje lęk.

Więc jeśli jest taka możliwość, to warto obejrzeć szkołę, klasę, poznać drogę do szkoły, wyjaśnić dziecku kto będzie je odprowadzał na lekcje. Wspólne wcześniejsze przygotowanie podręczników czy przyborów szkolnych pomoże dziecku oswoić się z nową sytuacją. Na pewno przyjemniej dziecku pójdzie się do szkoły, jeśli spotka tam kolegów z zerówki czy z przedszkola.

OSTATNIE DNI PRZED PIERWSZYM DZWONKIEM

Jak dziecku zagospodarować czas w ostatnich dniach przed rozpoczęciem roku szkolnego?

- Myślę, że to, czy czas przed szkołą będzie przyjemnym oczekiwaniem, zależy w dużej mierze od samego dziecka. Są dzieci bardziej wrażliwe, którym trudno będzie spokojnie i przyjemnie oczekiwać nowych sytuacji. I są dzieci bardziej pewne siebie, czy mniej przejmujące się, którym szkoła będzie się lepiej kojarzyć. To nie znaczy, że jako rodzice popełniliśmy jakiś błąd - tak to po prostu jest. W tym trudnym czasie warto zadbać o przyjemności, tak skonstruować dzień, aby nie zabrakło w nim chwil na wspólną rozmowę, obejrzenie filmu, lody czy spacer - mówi Maria Szuster.

PIERWSZE DNI NAUKI

Gdy już będziemy mieć za sobą rozpoczęcie roku szkolnego, powinniśmy wspierać naszą pociechę w próbach ogarniania obowiązków. Jest to niewątpliwie trudne zadanie dla rodziców. Z jednej strony nie można dziecka zostawić zupełnie samego z nowymi wymaganiami szkoły. Z drugiej strony nie można go we wszystkim wyręczać i myśleć za nie.

Trzeba też uwzględnić specyfikę naszego dziecka. Odpowiedzmy sobie na pytanie: czy bardziej potrzebuje wsparcia, czy konkretnych wymagań. - Nie ma jednej recepty na udany start szkolny. Jest to raczej długotrwały proces, w którym dużą rolę odgrywają rodzice jako ci, którzy najlepiej znają potrzeby i charakter swojego dziecka - opowiada Maria Szuster.

BŁĘDY RODZICÓW

W pierwszych dniach roku szkolnego nam - rodzicom zdarza się popełniać błędy.

Najczęściej:

- pomniejszamy emocje - czasem słyszymy głosy, że co za problemy mogą mieć dzieci. Otóż dla dzieci ich problemy są bardzo istotne. I to, że najlepsza koleżanka Kasia znalazła się w innej grupie, albo że nikt w nowej klasie nie ma okularów, a nasze dziecko je nosi, potrafi być przyczyną ogromnej zgryzoty.

Naszą rolą, jako rodziców, jest pozwolić dziecku się wygadać (nazwać, przeżyć swój problem), pokazać mu, że jego odczucia są dla nas ważne, bo jest naszym dzieckiem, wspólnie się zastanowić, czy coś można poradzić.

- nie dajemy zgody na przeżywanie, odwracamy uwagę od uczuć - a to odbiera poczucie ważności naszemu dziecku.

- wyśmiewamy - w ten sposób niszczymy dziecko, jego poczucie własnej wartości oraz zaufanie do nas.

- porównujemy z innymi dziećmi - odbieramy dziecku poczucie, że jest indywidualne i ma prawo do swojego sposobu reagowania, nawet jeśli inni przeżywają daną sytuację inaczej.

- wyolbrzymiamy trudności - kiedy dziecko nie czuje w rodzicu opiekuna, który poradzi sobie z trudnymi emocjami, trudno mu z nim rozmawiać. Aby dziecko mogło oswoić swoje trudne przeżycia, musi zobaczyć, że doceniamy ważność uczuć dziecka, ale też nie odbieramy ich jako katastrofy.

KŁOPOTY Z ODNALEZIENIEM SIĘ W NOWEJ SYTUACJI

Może się zdarzyć, że nasze dziecko pierwszego czy drugiego dnia nauki wróci do domu z płaczem i powie, że więcej do szkoły nie pójdzie.

Co wówczas robić?

- Przytulić i wytłumaczyć mu, co się z nim dzieje. Że czasem tak się objawia stres, że stajemy się wrażliwi, przeczuleni i zrezygnowani. Że każdy z nas się boi nowych sytuacji, nowych ludzi. Można podać przykłady z własnego życia, kiedy zmienialiśmy dział czy firmę, szliśmy do szkoły i się tym denerwowaliśmy. Warto też przywołać sytuacje, które dziecko przeżyło, na przykład: pójście do nowego przedszkola, wejście do nowej grupy rówieśniczej, z którymi dziecko sobie poradziło w przeszłości. Najważniejszym jest aby dziecko uspokoić i przywrócić mu wiarę w siebie, że sobie poradzi - podsumowuje Maria Szuster.



Fot. Jarosław Pruss

Maria Szuster, psycholog z Ośrodka Edukacji i Psychoterapii „Ego" w Bydgoszczy: - Wspólnie z dzieckiem przygotujmy podręczniki.

SZEŚCIOLATEK ZACZYNA NAUKĘ

W tym roku szkolnym, po raz ostatni, rodzice, mogą zdecydować, czy sześciolatka już posłać do szkoły czy zostawić go w przedszkolu albo szkolnej zerówce. Taką decyzję możemy jeszcze podjąć na początku września br.

Eksperci z Ministerstwa Edukacji Narodowej podkreślają, że jeśli oceniamy, że dziecko jest gotowe do podjęcia nauki w pierwszej klasie, możemy je zapisać do szkoły. Nie trzeba zasięgać opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej, nie ma potrzeby przeprowadzania dodatkowych badań lub przedkładania zaświadczeń.

W ocenie gotowości dziecka pomóc nam powinna tzw. diagnoza przedszkolna przeprowadzona dwukrotnie w przedszkolu. Na tej podstawie nauczyciele i rodzice oceniają stopień gotowości dziecka do podjęcia nowych, szkolnych wyzwań. Warto pamiętać, że przedszkole ma obowiązek przeprowadzenia takiej diagnozy niezależnie od tego, czy rodzic planuje posłać dziecko 6-letnie do pierwszej klasy czy też zatrzymać je na drugi rok w zerówce.

Oczywiście, jeśli nadal mamy wątpliwości co do gotowości szkolnej dziecka lub chcielibyśmy dodatkowo wspomóc swoje dziecko w lepszym przygotowaniu do zadań szkolnych, możemy zasięgnąć opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej (np. w kwestiach ćwiczeń motorycznych, logopedycznych i innych lub zwrócić się z prośbą o przeprowadzenie badania gotowości szkolnej dziecka).

Czy przygotowując naszą pociechę do szkoły inaczej powinniśmy postępować w przypadku sześciolatka, a inaczej w przypadku siedmiolatka?

- Zasady są te same, niezależnie od wieku. Natomiast dzieci mogą się różnić między sobą. Jedne będą potrzebowały przytulenia i dodania otuchy, inne docenienia ich samodzielności - zaznacza psycholog.

CORAZ WIĘCEJ SZEŚCIOLATKÓW W SZKOLE

Spośród 202 państw na świecie, aż 134 mają sześciolatki w szkołach. Z badań prowadzanych systematycznie przez nasz resort edukacji oraz międzynarodowe instytucje i organizacje wynika, że obniżenie wieku obowiązku szkolnego, połączone z dostosowaniem programu klasy pierwszej do poziomu sześciolatków, pozwala na płynne przejście dzieci z przedszkola do szkoły.

Z kolei z opracowania przygotowanego przez Instytut Badań Edukacyjnych wynika, że 80 proc. rodziców uczniów, którzy rozpoczęli naukę w szkole jako sześciolatki, jest zadowolonych z edukacji swoich dzieci w szkole. Zauważyli, że ich pociechy w ciągu roku nabyły bardzo wiele nowych umiejętności.

Poza tym z Ogólnopolskiego Badania Umiejętności Trzecioklasistów przeprowadzonego wśród uczniów trzecich klas, którzy rozpoczęli edukację szkolną w 2009 roku - czyli z pierwszego rocznika okresu przejściowego, z którego aż 11,5 tys. stanowiły sześciolatki - wynika, właśnie młodsi uczniowie osiągnęli lepsze wyniki zarówno z języka polskiego, jak i z matematyki niż ich starsi o rok koledzy z klasy.

Jak to możliwe?

- Sześciolatki nie mają obaw przed zadaniem pytania. Mam też wrażenie, że będąc w klasie mieszanej z siedmiolatkami są bardziej staranne i bardziej się starają - uważa nauczycielka klas I-III z jednej ze szkół podstawowych w Chodzieży.

Okazuje się, że same sześciolatki również lubią szkołę. „Badanie szkolnych uwarunkowań efektywności" przeprowadzone przez IBE w 2010 roku wśród dzieci z klas I-III (a więc również sześciolatków, które poszły do szkoły w wieku sześciu lat) wynika, że uczniowie:

- lubią chodzić do szkoły (83 proc.);
- przyznają, że w szkole bardzo im się podoba (81 proc.);
- uważają się za zdolnych uczniów (80 proc.).

Małgorzata Wąsacz

Z ŻYCIA WZIĘTE

EKSPERCI Z MEN ODPOWIADAJĄ NA PYTANIA RODZICÓW SZEŚCIOLATKÓW

- Do kiedy rodzice muszą podjąć decyzję o posłaniu sześciolatka do pierwszej klasy?

- Nie ma ustawowego przepisu określającego datę zapisania dziecka do szkoły. Rodzice mogą podjąć taką decyzję nawet na początku września.

- Jakich przedmiotów będzie się uczyło moje dziecko w pierwszej klasie?

- W okresie pierwszych trzech lat nauka nie jest podzielona na przedmioty. W tym czasie nauczyciel prowadzi zintegrowaną edukację wczesnoszkolną, w ramach następujących dziedzin: polonistycznej, muzycznej, plastycznej, społecznej, przyrodniczej, matematycznej, zajęć komputerowych, zajęć technicznych, wychowania fizycznego, języka obcego. Ponadto, na życzenie rodziców, może być prowadzona nauka religii i etyki oraz języka mniejszości narodowej, mniejszości etnicznej i języka regionalnego (kaszubskiego).

- Nie wiem, czy moje 6-letnie dziecko poradzi sobie w szkole. Urodziło się w drugiej połowie roku i zastanawiam się jak wypadnie w porównaniu do starszych kolegów?

- Nowa podstawa programowa została przygotowana tak, aby poradziły sobie z nią wszystkie dzieci 6-letnie, niezależnie od miesiąca urodzenia. Umiejętności, które powinno opanować dziecko na pierwszym etapie edukacyjnym, zostały rozpisane na 3 lata (klasy I-III) co pozwala nauczycielowi na dowolne rozłożenie materiału i dostosowane tempa pracy do potrzeb i możliwości wszystkich uczniów.

Źródło: www.men.gov.pl

500 tys. rodziców już posłało sześciolatki do szkoły

GAZETA WSPÓŁCZESNA
WSPOLCZESNA.pl

Organizator:

TVP INFO

W sobotę o godz. 11 i niedzielę o 6.40 w TVP Info DOM MARZEŃ, cotygodniowy cykl filmowy o budownictwie energooszczędnym i pasywnym. A w Internecie oglądaj na tvp.info/dommarzen 2.09 godz. 11 na stronie www.eko-budowanie.pl czat z Magdaleną i Michałem Muzyczukami

BUDUJ Z ENERGIĄ





Ten dom energooszczędny w Michałowicach pod Krakowem testowali przez miesiąc państwo Magdalena i Michał Muzyczukowie. Mieszkali tu ze swoim siedmioletnim synem Piotrem. Dom ma 130 m kw. powierzchni. Na zdjęciu z prawej – kuchnia z jadalnią wyposażona w energooszczędne urządzenia

NFOŚiGW
Dofinansowano ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej

Budując dom, dzisiaj jeszcze można wybrać metodę tradycyjną lub energooszczędną. 31 grudnia 2020 roku wybije „godzina zero" i każdy nowy dom będzie musiał spełniać kryteria energooszczędności. Niecałe siedem lat to niewiele, biorąc pod uwagę zakres zmian. Jak się do nich przygotować?

Poznaj dom pasywny od środka

Zmiany w prawie budowlanym to jedno, wsparcie finansowe, w takiej formie jak np. program NFOŚiGW – to drugie rozwiązanie. A jak przekonać przyszłych właścicieli domów i mieszkań do idei budownictwa pasywnego? Rodzina Muzyczuków przekonywała się „na własnej skórze", mieszkając w domu pasywnym. Poniżej ich opinie.

Więcej www.eko-budowanie.pl

Jak się mieszka w domu marzeń?

DOM DLA KAŻDEGO

● W Polsce koszty budowy domu pasywnego – w porównaniu z tradycyjnym – nie są jeszcze tak atrakcyjne jak np. u naszych zachodnich sąsiadów, ale i tak lepiej spojrzeć na korzyści.

● Dobrym kryterium jest porównanie rat kredytu zaciągniętego na budowę domu tradycyjnego i pasywnego – jeżeli oszczędności w domu pasywnym będą większe niż rata kredytu zaciągniętego na ich uzyskanie, inwestycja jest opłacalna. A oszczędności są duże: mniejsze koszty instalacji grzewczej, a przede wszystkim mniejsze zapotrzebowanie na energię do ogrzania pomieszczeń (1,5 l oleju lub 1,5 m sześc. gazu/m kw. powierzchni na rok) i podgrzania wody (wykorzystanie kolektorów słonecznych), co daje zmniejszenie wydatków na eksploatację.

● Jest też mechanizm wsparcia – program dopłat NFOŚiGW do kredytów na budownictwo energooszczędne.

50 lub **30** tys. zł – o tyle mogą się starać osoby budujące energooszczędny dom (kwota zależy od standardu energetycznego).

16 lub **11** tys. zł – taką dotację mogą otrzymać kupujący energooszczędne mieszkanie. Uwaga! Szczegóły na stronie internetowej NFOŚiGW (e-mail: dom@nfosigw.gov.pl).

Dom dla Każdego

Źródła: Polski Instytut Budownictwa Pasywnego i Energii Odnawialnej, Viessmann, materiały w ramach kampanii edukacyjnej „Energooszczędność w moim domu"



Piotrek: To były takie trochę wakacje

WSPOMNIENIA NOTOWANE ZE SŁYSZENIA: W domu najbardziej brakowało mi kolegów z przedszkola... Ale i tak było fajnie. Mogłem sobie pograć w piłkę na trawie i popluskać się w basenie przed domem. Dowiedziałem się, co to jest rekuperacja i pompa ciepła. No i miałem zwierzątko – odkurzacz, który sam wszędzie jeździł. To były takie trochę wakacje. Teraz jestem już w swoim mieszkaniu i mam tu mniej miejsca do zabawy. Dlatego kiedyś chciałbym mieć dom.

Magda: Ekonomia i ekologia na plus

Domek z ogródkiem to miejsce, w którym chyba każdy chciałby mieszkać. A jeśli jeszcze do tego jest to dom energooszczędny, to przyjemność jeszcze się zwiększa. W naszym mieszkaniu zajmuję się dbaniem o płacenie wszelakich rachunków, więc dla mnie to największy plus takiego obiektu. Jedyne, za co płacimy, to prąd, więc już samo to jest wygodne. Ale to oczywiście nie jest kwestia najważniejsza: wiem, ile moi krewni mieszkający w domkach płacą za ogrzewanie (węgiel czy olej). W przypadku domu energooszczędnego te koszty zmniejszają się przynajmniej o połowę! Co więcej, skoro nie palimy groszkiem czy czymkolwiek innym, mamy istotny wpływ na otaczające nas środowisko. Ekologia jest dla mnie dość ważna, więc to także istotny plus energooszczędnego mieszkania. Takie namacalne zetknięcie z faktycznymi korzyściami dla środowiska skłoniło mnie jeszcze bardziej do starania się, także w naszym mieszkaniu, o działania proekologiczne (segregacja śmieci czy oszczędzanie prądu i wody). Co jeszcze? Na pewno rekuperacja – ciągły dopływ świeżego powietrza i brak nieprzyjemnych zapachów, np. w kuchni. Minusy energooszczędnego domu? Może troszkę kwestia mitycznego nieotwierania okien, ale to też nie do końca prawda. Oczywiście, idealnie byłoby bazować tylko na rekuperacji i szczelności okien, ale otwarcie drzwi na taras i spędzenie dnia w ogródku krzywdy naszemu domowi nie zrobi. Ogólnie, energooszczędny dom to ekonomia i ekologia, więc jeśli mamy fundusze na budowę, nie ma się co zastanawiać.

Michał: Pełna i totalna wygoda

Dla mnie od zawsze marzeniem jest posiadanie własnego domu, więc bez żalu zamieniłbym mieszkanie w bloku na coś bardziej indywidualnego. Natomiast wiem, że wtedy trzeba pamiętać na przykład o kupnie węgla i paleniu w kotłowni, co stanowi sporą uciążliwość. W domu energooszczędnym takich problemów nie ma – tak naprawdę przez ten miesiąc nie musiałem się martwić o nic, bo wszystko działało w pełni automatycznie. Jedyne, o czym musiałem pamiętać, to żeby w przypadku wizyty gości podkręcić działanie rekuperatora (czyli wentylacji), a kiedy dni były naprawdę upalne, odwrócić obieg w pompie ciepła, aby podłoga dawała przyjemny chłód. Oczywiście, problem pojawia się, gdy mamy chwilową przerwę w dostawie elektryczności, bo w zasadzie wszystkie urządzenia działają w oparciu właśnie o prąd. Natomiast nawet wtedy tragedii nie ma – taki odpowiednio zaizolowany dom wychładza się bardzo wolno, więc do czasu naprawy usterki temperatura jakoś drastycznie by nie spadła. Ale tak czy owak, tutaj postawiłbym na własne źródła energii elektrycznej (np. fotowoltaika) – to takie moje marzenie, żeby być tym słynnym „prosumentem". Wielu myśli, że dom energooszczędny to wielkie koszty budowy, ale trzeba pamiętać, że istnieją możliwości dofinansowania jej ze strony państwa, podobnie jak różnych urządzeń korzystających z odnawialnej energii. Podsumowując, miesiąc w domu energooszczędnym to pełna i totalna wygoda, możliwość niezaprzątania sobie myśli jakimikolwiek kwestiami związanymi z codziennym funkcjonowaniem budynku.

FAKTY I MITY O DOMACH PASYWNYCH



FOT. ARC/VIESSMANN

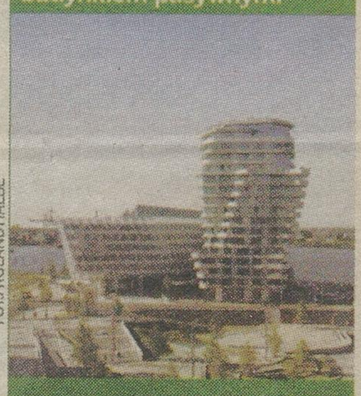
● Podobno w domu pasywnym mieszka się jak w zamknięciu, bo nie wolno otworzyć okien, a drzwi tylko na tyle, żeby się przemknąć do środka. Podobno w takim domu trudno o intymność, bo wszystko jest automatyczne. Podobno dom pasywny ma tak grube ściany, jak bunkier... To niektóre opowieści o domach pasywnych: fakty czy mity? Wyjaśnijmy...

● Dom pasywny musi być szczelny. To fakt. Nie oznacza to jednak, że mamy zamknąć się w nim jak w termosie. Uszczelnienie domu dotyczy powietrznoszczelności, wymaganej od 1 stycznia 2009 roku (rozporządzeniem ministra infrastruktury) w nowo projektowanych budynkach – wszystkich, nie tylko pasywnych.

● Okna w domu pasywnym pełnią bardzo ważną rolę. Zastosowanie potrójnej szyby oraz rolet zewnętrznych minimalizuje straty energii. Odpowiednie usytuowanie okien (duże powierzchnie od strony południowej, małe lub ich zupełny brak od strony północnej) pozwala na lepsze wykorzystanie energii promieni słonecznych.

● Grube ściany w domu pasywnym to mit. Wszystko zależy od zastosowanych materiałów konstrukcyjnych i izolacyjnych (nowoczesny styropian). Dom pasywny można zbudować zarówno z betonu komórkowego, cegły i bloczki wapienno-piaskowe jak i z drewna.

● Mitem jest także to, że domy pasywne są brzydkie. Dowód? Słynny Marco Polo na zdjęciu powyżej z pewnością wygląda bardzo fantazyjnie, a jest budynkiem pasywnym.



FOT./ROLAND HALBE

● Jakie są więc faktycznie podstawowe cechy domu pasywnego? Są to: zwarta bryła domu, doskonała izolacja cieplna, południowa orientacja pomieszczeń dziennych, energooszczędne oszklenie, nieprzepuszczanie powietrza przez przegrody zewnętrzne, wentylacja z odzyskiem ciepła, wykorzystanie odnawialnych źródeł energii do ogrzania budynku oraz wody użytkowej.

Partner strategiczny
WBK | Bank Zachodni WBK
Partner:
VIESSMANN

566813Z01-M

TYSIĄCLECIA

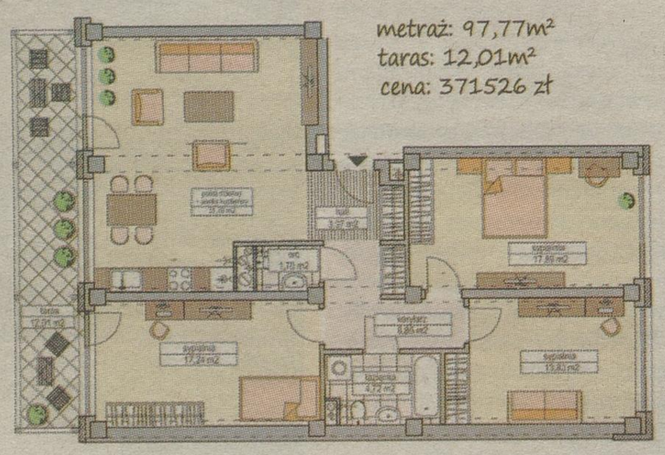
wolnoć Tomku w swoim domku...





...dzięki podwyższonym pomieszczeniom możesz uprawiać ulubiony sport bez wychodzenia z domu

Apartamenty Tysiąclecia
Kompleks dla wymagających



Rogowski DEVELOPMENT

Dział Sprzedaży Mieszkań: Białystok, ul. Legionowa 28/202
tel.: (85) 749 99 09 fax: (85) 749 99 02,
www.rogowskidevelopment.pl

AUTOMOTO

CZĘŚCI

❑ **SPRZEDAM**

OPEL -sklep KRUCZA 7, tel. (85)745-30-23.

KUPIĘ

AUTA całe, do kasacji, naprawy, odbiór, tel. 503-163-134.

AUTOKOMIS, SZYBKI skup do 50.000 zł., tel. 500-008-130

KAŻDĄ starą Toyotę, busy japońskie 500100099

ZŁOMOWANIE AUT odbieramy własnym transportem, wysokie ceny. 693-705-805

SPRZEDAM

FIAT Grande Punto, 2009r, 1.2B, 16000zł. 731-962-362

MERCEDES ML 400 CDI, 604-480-433

BIZNES

ALE SZYBKA GOTÓWKA – NAWET 7000 ZŁ! PROSTE ZASADY, BEZ ZBĘDNYCH FORMALNOŚCI. PROVIDENT: 600-400-295 (TARYFA WG OPŁAT OPERATORA).

KREDYTY/POŻYCZKI

***NOWOŚĆ! KREDYTY na oświadczenie do 50 tys., emerytura, renta, umowa o pracę, umowa -zlecenie, rolnictwo, działalność gospodarcza, bez zaświadczeń. Kontakt: 517-161-880.**

BEZ zaświadczeń pożyczka 500 zł natychmiast całe województwo, tel. (85)732-30-22.

KREDYTY, pożyczki, 606-672-679.

POŻYCZKA -całe województwo, tel. 668-681-844.

MASZYNY I URZĄDZENIA

SPRZEDAM

FREZARKA do drewna żeliwna, 602-730-016

MATRYMONIALNE

BIURA MATRYMONIALNE

BIURO "Mariaż", 604-167-379, (85)675-13-15.

NAUKA

BEZPŁATNIE - POLICEALNE STUDIUM ZAWODOWE (TECHNIK ADMINISTRACJI, ARCHIWISTA, BHP, INFORMATYK, RACHUNKOWOŚCI), LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE. WARSZAWSKA 2, 85 74 35 106, WWW.TWP.BIALYSTOK.PL

żak
CENTRUM NAUKI I BIZNESU
OGÓLNOPOLSKA SIEĆ SZKÓŁ POLICEALNYCH
Szkoły za DARMO!
Rekrutacja Trwa!
Dwuletnie i Jednoroczne Szkoły Policealne
(NIE WYMAGAMY MATURY)
Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych
Kursy
Najpopularniejsze kierunki:
- administracja
- bhp
- informatyka
- kosmetyka
- opiekun w domu pomocy społecznej
- rachunkowość
wpisowe 0 zł
nieodpłatne zaświadczenia do ZUS, KRUS, MOPS i WKU
BIAŁYSTOK
ul. Świętego Rocha 6 (pok. 15), tel. 85 746 08 40
ŁOMŻA
Aleja Legionów 40 (CH "4+", II piętro) tel. 86 215 02 15
SUWAŁKI
ul. Noniewicza 85 f, tel. 87 566 34 20
infolinia: 801 100 777
www.zak.edu.pl
* szczegóły i regulamin oferty dostępne w sekretariacie

KURSY

AUTOMOBILKLUB - prawo jazdy. 85/732-76-85

NIERUCHOMOŚCI

KUPIĘ

DZIAŁKĘ z dostępem do jeziora około 10 a, okolice Ełku, 607-713-054.

KUPIĘ mieszkanie zadłużone w Białymstoku do 50m2, 600473703

SIEDLISKO z domem do remontu 668642268

SPRZEDAM

BEZPOŚREDNIO 2 pok., 37,5 m2, Narewska, IVp. Db. stan. 145 tyś. 693278248?

BLASZAKI garaże- tanio i solidnie, (85)730-18-00, 694-052-905.

BLASZAKI garaże tanio, transport montaż gratis, 506-900-520, (52)348-71-48, (41)263-27-42.

BLASZAKI solidne wzmocnione (85)874-53-66

BUDOWLANĄ, Choroszcz, 1350m2. 792-232-011

DOM, Prostki, 160/1800mkw, bud. gosp. 200mkw pod działalność. 507-747-665.

DZIAŁKĘ pod budowę ul. Wiosłowa kol. Dojlidy, pow. 907 m2, tel. 696-429-916.

GARAŻE blaszane, bramy garażowe, kojce -dowóz, montaż gratis -cały kraj. 512-853-323; 85/733-60-26, 87/7351365, 86/225-23-11; 29/642-34-61 www.konstal-garaze.pl Raty!

GARAŻE blaszane-wzmocnione. Dowóz, montaż gratis-cały kraj Producent (85)7335211, 509038426 www.robstal.pl Raty

GARAŻE, blaszaki- tanio, tel. 505-126-033.

KARAKULE, stan surowy zamknięty, na działce 2000m2. Bezpośrednio. 509-450-085 po 18.00

LIPOWA 1, lp., 60m2 , do remontu. 502-283-921

MIESZKANIE 3-pokojowe, wysoki parter- 64,7 m2. Białystok, Nowe Miasto, ul.Pogodna 9; Pokoje oddzielne, kuchnia, WC, łazienka, korytarz, balkon o pow. 9 m2 i piwnica. Do zamieszkania od zaraz. Cena 253000 zł. tel. 604750961

MIESZKANIE 54 m2, Białystok, nowy blok, wyposażone, wysoki standard, cena: 250000 zł, tel: 668832707

ROŻYŃSK gm.Ełk, ok. jez.Druglin, działka 0,6244ha, zagospodarowana, bud. rekreacyjny 40mkw, media, dogodny dojazd. 603-595-025.

STANCJE

POKOJE dziewczynom B-stok. 85-716-83-37,

POKÓJ niedrogo uczennicy, tel. (85)654-25-31.

STUDENTOM -Wiejska, 85/74-33-914.

WYNAJMĘ

MIESZKANIE 42 M2, 2-POKOJE I KUCHNIA, NOWE BUDOWNICTWO, I PIĘTRO, WASILKÓW, 665-364-394.

POKÓJ uczniom szkoły średniej 604-561-022.

32 m2, umeblowane, Chrobrego, 85/7326-833.

3-POKOJOWE Słoneczny Stok. 660-476-990,

PRACA

ZATRUDNIĘ

DO pracy przy koniach, z zamieszkaniem; 502762642

MĘŻCZYZNA do pracy w gospodarstwie rolnym okolice Grajewa tel. 505-040-852

MĘŻCZYZNĘ w gospodarstwie (przy krowach).507-123-709, 85/711-70-19

MĘŻCZYZNĘ w gospodarstwie, 500-186-499

NORWEGIA, praca fizyczna dla mężczyzn 25 tys. zł. Tel. 532-714-570

OPIEKUNKA osób starszych do Niemiec, dobre zarobki, umowa o pracę, ubezpieczenie, darmowy przejazd na miejsce pracy biuro@rm-romar.pl tel: 957-629-914, kom: 784-015-893.

PILARZY okolice Białegostoku, tel. 698-008-267.

PIZZERIA w Mońkach zatrudni młode osoby na stanowisko barmanka, kucharz, kierowca z własnym autem, 507-577-567.

POMOCNIKÓW do montażu konstrukcji stalowej, 11zł/h. 693-575-902

POSZUKUJEMY Przewoźników do transportu międzynarodowego, głównie busy- blaszaki. Zapewniamy karty paliwowe. Mail: kontakt@slg24.pl. Tel. 515-033-120

PRACA w gosp. rolnym 694209659 862717360

W gospodarstwie przy krowach, ok. Suwałk, 693-056-032.

W gospodarstwie rolnym. 503-115-849

ZATRUDNIĘ mężczyznę w gospodarstwie rolnym 502 638 896

ROLNICTWO

KUPIĘ

*********BYDŁO,** maciory, knury kupię. Faktura, wyrejestrowanie, tel. 509-117-107.

*********BYDŁO,** maciory, knury kupię. Faktura, wyrejestrowanie, tel. 663-041-519.

BYDŁO, MACIORY, KNURY W KAŻDEJ KONDYCJI RZEŹNEJ. CAŁE PODLASIE, TEL. 730-762-779.

GOSPODARSTWO Stare Juchy kupi słomę. 606-820-926.

KAŻDE zboże, rzepak, kukurydzę, bobik, łubin, groch, grykę -kupię. 609-521-837.

KNURY kupię, tel. 694-933-680, (85)685-22-45.

KOMBAJN Anna, Bolko-kupię 604-104-335

KROWY jałówki, byki odbiór z gospodarstwa, płatność gotówką lub przelewem, Przedstawiciel terenowy Ubojni Bartek, 692-842-655, 600-295-915

SPRZEDAM

SPRZEDAM
WAPNO NAWOZOWE Z CUKROWNI ŁAPY CaO-36% 70 zł/t z transportem
tel.502-255-050, 85 740 84 00 (8.00-16.00)

DOJARNIE rurociągowe Westfalia nowe i używane, schładzalniki mleka- montaż, zamiana, atesty, raty. (87)423-48-77, 603-860-885.

JAŁOWICE cielne hodowlane w ciągłej sprzedaży na bazie w Krasowie Wielkim 8 koło Szepietowa, tel./fax: (86)476-16-91, tel/fax:(65)573-86-31, tel. (65)572-73-36.

KLACZ ze źrebakiem, (86)476-17-86.

OPONY używane rolnicze, duży wybór. Ciechanów. 607039466, 236729609

Mieszkania na osiedlu "Leśna Dolina" przy ul. Św. A. Boboli na prawach odrębnej własności
SŁONECZNY STOK
SUPER OFERTA



Wystarczy wpłacić 1/3 wartości mieszkania - a klucze i akt notarialny otrzymasz od ręki
2/3 płatne w ciągu 5 lat z oprocentowaniem 1% w skali roku od niespłaconej kwoty
Białystok ul. Armii Krajowej 7, pokój 103 Tel.85/662-48-01
R9999013w01A

SMSowo KOMFORTowo
ZLEĆ OGŁOSZENIE DROBNE DO: GAZETA WSPÓŁCZESNA
Jak zlecić ogłoszenie?
– Wpisz w telefonie komórkowym dowolnej sieci SMS-a z treścią ogłoszenia. Zacznij od podania kodu wsp i po kropce numeru rubryki, w której ma się znaleźć ogłoszenie, np. 01, a dalej - po odstępie (spacji) - jego treść. Całość powinna wyglądać np. tak:
wsp.01 opiekunke do dziecka tel. 123456
– Wyślij SMS-a z treścią ogłoszenia pod numer:
7936 - cena: 11,07 zł brutto - ogłoszenie standardowe.
71455 - cena: 17,22 zł brutto - ogłoszenie w kontrze.
– Otrzymasz potwierdzenie przyjęcia ogłoszenia z naszego Biura Ogłoszeń, które sprawdzi czy jest ono zgodne z zasadami określonymi w regulaminie przyjmowania ogłoszeń.
– Twoje ogłoszenie znajdzie się w Gazecie Współczesnej w najbliższym możliwym terminie.
– Maksymalna długość ogłoszenia (wraz ze spacjami i interpunkcją) to 130 znaków.
– Regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest na stronie internetowej: www.wspolczesna.pl
Wyślij ogłoszenie SMS'em

Wykaz rubryk - ogłoszeń SMS do Gazety Współczesnej
01 Praca/Zatrudnię
02 Praca/Szukam pracy
03 Automoto/Kupię
04 Automoto/Sprzedam
05 Automoto/Części
06 Automoto/Inne
07 Nauka
08 Nieruchomości/Sprzedam
09 Nieruchomości/Kupię
10 Nieruchomości/Poszukuję
11 Nieruchomości/Zamienię
12 Nieruchomości/Wynajmę
13 Nieruchomości/Stancje
14 Komputery
15 Turystyka
16 Zwierzęta
17 Biznes
18 Rolnictwo/Sprzedam
19 Rolnictwo/Kupię
20 Różne/sprzedam
21 Różne /kupię
22 Różne/inne
23 Maszyny urządzenia
24 Materiały budowlane
25 Życzenia
26 Zakupy
27 Zdrowie
28 Usługi



PRASO- owijarka Krone stan bdb. 501-219-773

ROL-MIX oferuje jałowice hodowlane z dolewem HF. Dowóz zwierząt do odbiorcy. 602-731-229, (61)437-75-27.

ROZRZUTNIKI, prasy, zbiorniki, pługi 602264888

SIANOKISZONKĘ (koniczyna +trawa) zbiór 2013, z dowozem sprzedam. 609-521-837.

SIECZKARNIA Mamut z kemperem, stan idelany, 4500 zł,608-627-353, 86/476-17-86

SPRAWDZONE Polskie nawozy. Polecamy! Poli-K-8 - 8% (N), 25% (P), 24% (K), 9% (S), 17% (MgO), 10% (CaO) + MIKRO Cena: 1660 zł, Poli-Z -6 - 6% (N), 17% (P), 21% (K),10% (MgO), 9% (S) +MIKRO. Cena:1770,- 12% - 1840zł. 502-281-204

ZBIORNIK mleka 1100 l, wanna, 604-239-722.

500 MASZYN ZE SZWECJI UŻYWANYCH. KOMBAJNY ZBOŻOWE RÓŻNE 30 SZT. URSUSY, ZETORY, PŁUGI: KVERNELAND, OVERUM, TALERZÓWKI, AGREGATY, ŻMIJKI, GRUBERY, WAŁY, PRZETRZĄSARKI. BARDZO NISKIE OPROC. 0,6%. PRZASNYSZ, 692-999-007.

RÓŻNE

KUPIĘ

***AUTA** na złom, złom, odbiorę. 508-127-829

BRZOZA, dąb, grab, olcha, jesion, 661-921-290,

MARKI RFN, po 1949r, też bilon. 600-214-285.

SOSNĘ, świerk, brzozę olchę dąb 608713032

SPRZEDAM

LADĘ i regał chłodniczy, 536-958-385.

TARCICA dąb, jesion, sosna. 602-730-016

INNE

ZŁOM złom wywiozę 600 053 544

TURYSTYKA

BELGIA Hol.-Niemcy sob., niedz. pon. 504244868

BELGIA Holandia czw. śr., pt. 502-701-966,

BELGIA Holandia Niemcy- sobota, 606-379-966,

HOLANDIA, Belgia: piątek, wtorek 518-349-303

USŁUGI

ANTENY

**ANTENY- serwis montaż Tanio 515411230

ANTENY, tunery, montaż, naprawa 603-220-913

AUTOMOTO

AUTOHOLOWANIE busy, maszyny.604359907

AUTOHOLOWANIE osobowe, ciężarowe do 10t. 504-974-277, tel. 504-974-277.

BUDOWA, REMONT

BUDUJĘ domy drewniane, szalówka. 509968090

DOCIEPLENIA budynków, solidnie 504-854-831

ELEWACJE, docieplenia, poddasza, remonty, wykończenia. Suwałki, okolice, 510-412-369.

ABW SUPERBRUK Sp. z o.o

nawiąże współpracę z przewoźnikami posiadającymi własne samochody o ładowności 20 - 24 T z HDS + wywrot (woj. podlaskie, warmińsko-mazurskie, mazowieckie)

Kontakt: radek@superbruk.com.pl

KLINKIER, ogrodzenia, tel. 609-885-058.

MALOWANIE dachów Alpin-Dach, 664-367-003.

PIECE kaflowe, naprawy, 535-22-94-97.

POLBRUK, granit -kompleksowo 605-371-441

POLBRUK, tanio, solidnie. 506-920-373.

REMONTY wnętrz tanio solidnie 664496393

SCHODY, drzwi, okna, oranżerie, 604-429-715

STUDNIA, pompy ciepła, tel. 604-651-727.

STUDNIE pompy ciepła, tanio. 600-772-149

STUDNIE wiercone -solidnie! 504-320-592.

STUDNIE wiercone, tel. 537-382-893.

TYNKI agregatem, tel. 507-350-955.

TYNKI gipsowe, cem-wap. 602-326-810.

USŁUGI geodezyjne, 509-301-891, 505-099-041

ZDOBNICTWO drewnianych domów 515628106

CZYSZCZENIE DYWANÓW

CZYSZCZENIE dywanów, tapicerki, żaluzji, Odbieramy odwozimy,607-149-302, 85/7326062

DACHY

DACHY - Krycie ! Najtaniej !!! tel: 604-590-996

DACHY, więźby, krycie. tel. 509-524-707.

KRYCIE dachów -tanio, tel. 602-333-644.

KRYCIE, więźba, budowa poddaszy. Elewacje, ocieplenie domów. Suwałki, ok. 501-564-471.

WIĘŹBY, skomplikowane krycie. 602-777-760.

HYDRAULICZNE

HYDRAULIK solidnie 85/7419382; 668-18-36-66

KOMPLEKSOWE usługi hydrauliczne, www.hydraulik-suwalki.pl, 601-543-037, 512-934-475.

MEBLE

www.ELMiR.pl

MEBLE NA ZAMÓWIENIE

SZAFY
GARDEROBY
BIURA
KUCHNIE
POKOJE
DZIECIĘCE
DRZWI
do samodzielnego montażu

RATY

ZAŚCIANKI - SZOSA BARANOWICKA 64/1
TEL. 85 746 62 06

MEBLE na wymiar. Imex 85/675-01-90

NAPRAWA RTV

NAPRAWA LCD i RTV 85/6617-631, 602-120-966

OKNA I DRZWI

OKNA, drzwi, najniższe ceny! Profesjonalny montaż. Sprawdz!, 85/746-14-46, 602-488-413

ZABUDOWY balkonów, drzwi, (85)667-13-21.

PRZEPROWADZKI

TRANSPORT, przeprowadzki, tel. 693-433-543.

ROLNICTWO

KOMPLEKSOWE badanie gleb, 602-311-222

NAPRAWY ciągników silników osi. 607-607-679

ŚLUSARSKIE

KOWALSTWO, balustrady, inne. 85/7419-656

TRANSPORT

KOPARKO -ładowarką, tel. 608-588-447.

TYNKARSKIE

TYNKI agregatem, Suwałki, ok. 510-412-369.

TYNKI gipsowe, cementowe, tel. 664-823-107.

TYNKI gipsowe, tradycyjne. 793-752-172

INNE

SCHODY, parkiety, narbutt.pl. 85-833-17-01

ZDROWIE

GINEKOLOG

A-Z Ginekolog 504-997-742

A-Z Ginekolog Tanio 502-865-184

GINEKOLOG A-Z 503-339-116

GINEKOLOG A-Z. Profesjonalnie, dyskretnie, tel. 516-390-945.

PSYCHIATRA

ALKOHOLOWE odtrucia, esperal, psychiatria. VIRTUS, Antoniuk Fabryczny 10. (85)661-53-33

INNE

LARYNGOLOGIA dla dorosłych, Bema 2, pokój 134, bez kolejki, bez skierowań, 85/74-26-027



Skorupska 25
ostatnie mieszkania
cena od 3 900 zł/m²



Sokola
cena od 360 000 zł

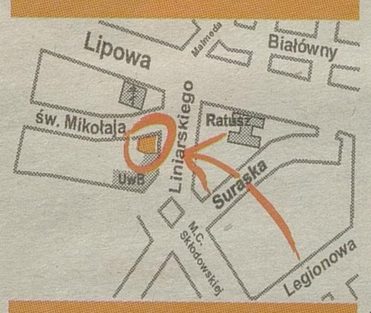


Wasilków, ul. Czysta 23
ostatnie mieszkania
cena 3 100 zł/ m²

ASKO

Asko S.A. ul. Brukowa 28 lok. 1 Białystok
tel. 85 749 60 20
www.askosa.pl

BIURO OBSŁUGI KLIENTA
przy ulicy
Św. Mikołaja 1



tel. 85 748-96-02, 85 748-96-03
fax 85 748-96-06
ogloszenia.bialystok@mediaregionalne.pl

szkoła medyczna

- ASYSTENTKA STOMATOLOGICZNA
- OPIEKUN MEDYCZNY

Dla każdego BEZPŁATNIE:
- komplet podręczników
- materiały na zajęcia
- praktyka zawodowa

POCZĄTEK ZAJĘĆ WRZESIEŃ 2013

nauka za 0 zł

BIAŁYSTOK, ul. Suraska 1, tel. (85) 744 39 85, bialystok@teb.pl

Do projektu zapraszamy osoby mieszkające, uczące się lub pracujące w województwie podlaskim w wieku 25-64 lata.

REKRUTACJA DO 20 WRZEŚNIA 2013

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

Dowiedz się więcej na: www.efs.teb.pl

KAPITAŁ LUDZKI | TEB Edukacja | UNIA EUROPEJSKA EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

ZA TREŚĆ REKLAM I OGŁOSZEŃ REDAKCJA NIE ODPOWIADA

.adnis agencja reklamowa

Agencja reklamowa specjalizująca się w organizacji eventów zatrudni

SPECJALISTĘ DS. OBSŁUGI KLIENTA

Miejsce pracy: **Białystok**

Opis stanowiska:
- Obsługa klientów biznesowych,
- Realizację wyznaczonych celów sprzedażowych
- Sporządzanie i prezentacja ofert handlowych, prowadzenie negocjacji, zawieranie umów oraz nadzorowanie procesu realizacji zamówień
- Budowanie oraz utrzymywanie satysfakcjonujących relacji z klientami.
- Współpracę z innymi działami firmy w zakresie związanym z wykonywanymi obowiązkami.

Wymagania:
- Wykształcenie wyższe
- Otwarta i przyjazna osobowość
- Swoboda w kontaktach i umiejętność budowania relacji
- Doskonała organizacja pracy
- Znajomość pakietu MS Office
- Znajomość j. angielskiego (dodatkowy atut)
- Doświadczenie w dziale handlowym na stanowisku związanym z obsługą klientów
- Prawo jazdy kat.b

Oferujemy:
- Dużą odpowiedzialność oraz samodzielność w działaniu
- Umowę o pracę + wynagrodzenie prowizyjne

Prosimy o przesyłanie aplikacji na adres: **rekrutacja@admis.pl do 3.09.2013 r.**

Uprzejmie informujemy, że odpowiemy tylko na wybrane aplikacje.

Prosimy o dopisanie następującej klauzuli: "Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, ze zm.)"

media regionalne



ZAWSZE NAJŚWIEŻSZE OGŁOSZENIA

GAZETA WSPÓŁCZESNA

Krótko

▲ **RAJDY** Hiszpański dziennik sportowy „AS" poinformował, że Robert Kubica podczas Rajdu Niemiec otrzymał od nowego zespołu Hyundai Motorsport ofertę startów we wszystkich rundach mistrzostw świata w sezonie 2014, ale ją odrzucił.

▲ **PIŁKA NOŻNA** Reprezentant Niemiec, piłkarz zespołu angielskiej Premier League londyńskiego Arsenalu Lukas Podolski z powodu kontuzji mięśni uda będzie wyłączony z gry nawet przez dziesięć tygodni - poinformował w czwartek trener zespołu Arsene Wenger.

▲ **KOSZYKÓWKA** Koszykarze Czech przegrali w walońskim Pepinster z Belgią 59:72 w swoim przedostatnim sparingu przed mistrzostwami Europy w Słowenii (4-22 września). Czesi są grupowymi rywalami Polski.

▲ **JUDO** Halima Mohamed-Seghir (kat. 63 kg) przegrała w Rio de Janeiro pierwszą walkę mistrzostw świata w judo ze Szwedką Mią Hermansson i odpadła z turnieju. W sobotę na tatami pojawi się w wadze +100 kg ostatni ze startujących biało-czerwonych Maciej Sarnacki. **(PAP)**

Lotto

Losowania z 28 sierpnia
Kaskada: 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 23.
Joker: 3 **Cztery liczby ze zbioru 50 liczb:** 12, 27, 42, 43.
Multi Multi (godz. 14): 1, 9, 11, 12, 16, 17, 18, 19, 22, 29, 33, 43, 46, 49, 52, 59, 62, 65, 69, 76 **Plus:** 1.
Multi Multi (21.40): 5, 6, 18, 24, 26, 28, 29, 30, 34, 36, 55, 57, 60, 61, 70, 71, 72, 76, 77, 80
Plus: 61.

Tenis >> W turnieju singla US Open została tylko Agnieszka Radwańska

Zaczarowana druga runda

Urszula Radwańska po raz kolejny nie przebrnęła drugiej rundy turnieju Wielkiego Szlema, a była to już jej 15 próba.

PAP

Młodsza z polskich sióstr uległa w tej fazie w US Open na twardych kortach w Nowym Jorku rozstawionej z nr 15 Amerykance Sloane Stephens 1:6, 1:6.

Tenisistki długo musiały czekać na to, by wyjść na największy z obiektów – Arhur Ashe Stadium. Mecz, wyznaczony jako ostatni w tzw. sesji wieczornej, na skutek czterogodzinnej przerwy spowodowanej opadami deszczu, rozpoczął się tuż przed północą czasu miejscowego. W Polsce był wtedy wczesny, czwartkowy poranek.

Nieliczna już publiczność nie musiała jednak zbyt długo czekać na zakończenie. Stephens nie pozwoliła kibicom ziewać. Potrzebowała zaledwie 57 minut, by wykazać wyższość nad 22-letnią krakowianką.

PAP

Urszula Radwańska przeciwko Sloane Stephens popełniła masę błędów. Przegrała 1:6, 1:6 po niecałej godzinie gry.

Amerykanka zaczęła od przełamania serwisu rywalki i w pierwszym secie powtórzyła to jeszcze dwa razy. Radwańska nie była w stanie skutecznie odpowiadać na mocne, kierowane po rogach uderzenia Stephens. W tym krótkim (24 min) secie odnotowała zaledwie dwa uderzenia kończące, natomiast Amerykanka miała ich 13.

W drugiej partii krakowianka próbowała prowadzić grę, ale niestety, proste błędy przeplatały się z udanymi zagraniami. Szybka Stephens dochodziła do wszystkich piłek, a każde krótsze zagranie Radwańskiej było bezwzględnie „zabijane". Polka serwowała słabo; dała się dwa razy przełamać i po 33 minutach było po secie.

Stephens była lepsza w każdym elemencie; miała 24 uderzenia wygrywające, przy zaledwie pięciu Radwańskiej, popełniła 11 niewymuszonych błędów, wobec 15 krakowianki, miała też dwa asy serwisowe. W sumie zdobyła 54 punkty, podczas gdy Polka 25.

20-letnia Stephens to nadzieja amerykańskiego tenisa, uważana za następczynię Sereny Williams. Szczególnie dobrze wypada w turniejach wielkoszlemowych. W tym roku odnotowała półfinał w Australii, czwartą rundę w Paryżu i ćwierćfinał w Londynie. W trzeciej rundzie US Open zmierzy się z inną Amerykanką Jamie Hampton. ▲

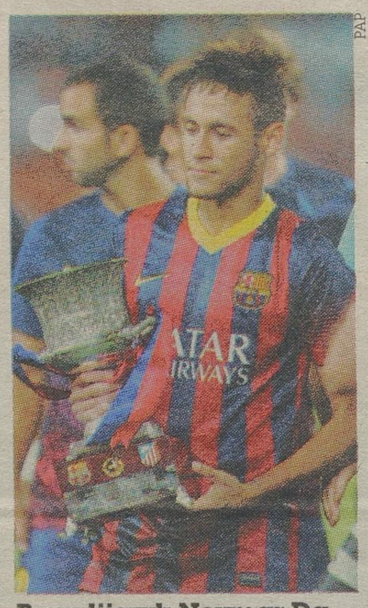
Piłka nożna >> Superpuchar Hiszpanii

Pierwszy triumf Barcy

Piłkarze Barcelony zdobyli Superpuchar Hiszpanii. W rewanżowym meczu na własnym stadionie bezbramkowo zremisowali z Atletico Madryt. Tydzień wcześniej w Madrycie było 1:1. „Duma Katalonii" triumfowała dzięki bramce zdobytej na wyjeździe.

Mecz nie był wielkim widowiskiem. W pierwszej połowie najpierw przeważali gospodarze, a później do głosu zaczęło dochodzić Atletico. Z upływem czasu kibice coraz mniej oglądali płynnej gry, a coraz więcej brutalnych fauli i niesportowego zachowania. Sędzia pokazał siedem żółtych i dwie czerwone kartki.

Katalończycy sięgnęli po Superpuchar po raz 11. w historii i czwarty w ostatnich pięciu latach. **(PAP)**


PAP

Brazylijczyk Neymar Da Silva z Superpucharem Hiszpanii

Piłka nożna >> Bronią honoru polskiego futbolu

Dziewięciu Polaków w Lidze Mistrzów

Do fazy grupowej piłkarskiej Ligi Mistrzów po raz kolejny nie awansował żaden polski klub, ale kibice biało-czerwonych będą mogli śledzić losy dziewięciu rodaków w zagranicznych klubach. Sześciu z nich ma duże szanse na grę w podstawowym składzie.

Niezagrożona wydaje się pozycja Jakuba Błaszczykowskiego i Roberta Lewandowskiego w Borussii Dortmund. Obaj piłkarze wzięli udział we wszystkich trzech dotychczasowych spotkaniach Bundesligi w sezonie 2013/14.

Trzeci z piłkarzy w Dortmundzie Łukasza Piszczek zwykle znajdował się w pierwszym składzie w poprzednim sezonie. Obecnie jednak dochodzi do zdrowia po dwóch operacjach - na boisko ma wrócić jesienią.

Dwóch biało-czerwonych występuje też w innym niemieckim klubie – Bayerze Leverkusen. Sebastian Boenisch jest jednym z podstawowych obrońców, natomiast Arkadiusz Milik, który w barwach „Aptekarzy" zadebiutował w poprzednim sezonie, obecnie nie ma miejsca w kadrze meczowej w Bundeslidze.

Kosztem Legii Warszawa do fazy grupowej awansował Łukasz Szukała, który broni barw Steauy Bukareszt.

W Arsenalu Londyn o rolę podstawowego bramkarza walczą Łukasz Fabiański i Wojciech Szczęsny. Od początku sezonu większe uznanie w oczach francuskiego trenera Arsene'a Wengera znajduje ten drugi, jednak w marcu i kwietniu bramki częściej strzegł Fabiański.

Inny golkiper Łukasz Załuska jest zawodnikiem Celtiku Glasgow, który „rzutem na taśmę" wywalczył awans do fazy grupowej Champions League, eliminując walecznych piłkarzy Szachtioru Karaganda. Polak przegrywa jednak rywalizację o miejsce w podstawowym składzie z Fraserem Forsterem.


PAP

Bramkarz Arsenalu Wojciech Szczęsny jest jednym z dziewięciu Polaków w Lidze Mistrzów

▲ **Polacy w fazie grupowej Ligi Mistrzów 2013/14:**
Łukasz Fabiański (Arsenal Londyn); Wojciech Szczęsny (Arsenal); Sebastian Boenisch (Bayer Leverkusen); Arkadiusz Milik (Bayer Leverkusen); Jakub Błaszczykowski (Borussia Dortmund); Robert Lewandowski (Borussia Dortmund); Łukasz Piszczek (Borussia Dortmund); Łukasz Załuska (Celtic Glasgow); Łukasz Szukała (Steaua Bukareszt).

(PAP)

GAZETA WSPÓŁCZESNA

Wydawca: Media Regionalne Spółka z o.o. 00-838 Warszawa, ul. Prosta 51. **Redakcja:** 15-419, Białystok, ul. św. Mikołaja 1; **Dyrektor Zarządzający Oddziału:** Krzysztof Paliński; **Redaktor Naczelny:** Konrad Kruszewski - tel. 85 748 74 00, fax 85 748 74 01; **Sekretariat Redakcji** - tel. 85 748 74 74; **Dział Sportowy** - tel. 85 748 74 80; **Dział Magazynu** - tel. 85 748 74 58. **Biuro Reklam i Ogłoszeń** - tel. 85 748 96 02; **KRAMIK** - tel. 85 748 74 48; **Przedstawiciele Handlowi** - tel. 85 748 74 41.
ODDZIAŁY REDAKCJI: Bielsk Podlaski tel./fax 85 730 67 86; **SUWAŁKI** ul. Kościuszki 78a lok.4, 16-400, tel./fax 87 566 30 00, 87 566 75 70, biuro ogłoszeń - tel./fax 87 566 57 26; **ŁOMŻA** ul. Długa 6, 18-400, tel. 86 216 78 99, 86 215 10 25, biuro ogłoszeń - tel/fax. 86 216 56 97; **EŁK** ul. Pułaskiego 24, 19-300,tel. 87 621 59 16, 87 621 08 05, fax 87 610 85 05, biuro ogłoszeń - tel. 87 610 85 05.
Druk: Drukarnia w Ignatkach, Ignatki 40/2, 16-001 Kleosin.
Prenumeratę przyjmują „RUCH" SA (Białystok, Ełk, Łomża, Ostrołęka), Urzędy Pocztowe oraz listonosze do 20. każdego miesiąca; informacje: Dział Kolportażu - tel./fax 85 748 74 24.
Nr indeksu 350133. Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Na podstawie art. 25 ust. 1 pkt 1 b ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych Media Regionalne Sp. z o.o. zastrzega, że dalsze rozpowszechnianie materiałów opublikowanych w „Gazecie Współczesnej" jest zabronione bez zgody Wydawcy.

Relaks na sportowo

PIŁKA NOŻNA
III liga
Sobota: Wissa Szczuczyn – Tur Bielsk Podlaski (17); MKS Korsze – ŁKS 1926 Łomża (17); Huragan Morąg – Mrągowia Mrągowo (17); Płomień Ełk – Granica Kętrzyn (17); Znicz Biała Piska – Sokół Ostróda (17); Barkas Tolkmicko – Start Działdowo (13); Promień Mońki – LZS Narewka (16).
Niedziela: Jagiellonia II Białystok – Motor Lubawa (16 w Supraślu); Dąb Dąbrowa Białostocka – Warmia Grajewo (15).
IV liga
Sobota: Cresovia Siemiatycze – Orzeł Kolno (17), Sparta Augustów – Magnat Juchnowiec Kościelny (16), KS Michałowo – Sokół Sokółka (11), Hetman Tykocin – KS Wasilków (17), Hetman Białystok – Piast Białystok (11), Gryf Gródek – Pogoń Łapy (17), KS Śniadowo – Puszcza Hajnówka (17)
Niedziela: Sparta 1951 Szepietowo – MKS Mielnik (16).
Klasa okręgowa
Sobota: Forty Piątnica – Rudnia Zabłudów (17).
Niedziela: Krypnianka Krypno – Orlęta Czyżew (15), Korona Dobrzyniewo Duże – Polonia Raczki (12), Iskra Narew – Ruch Wysokie Mazowieckie (16), Gieret Giby – Pomorzanka Sejny (17), Biebrza Goniądz – Sudovia Szudziałowo (14), Wigry II Suwałki – Victoria Jedwabne (17).
Klasa A
Grupa I: Ciechanowiec – Iskra Wyszki (s. 16), Bocian Bocki – Kolejarz Czeremcha (n. 16), Błyskawica Dubicze – Orzeł Kleszczele (n. 17), Tur II Bielsk Podlaski – Puszcza II Hajnówka (n. 17).
Grupa II: Grab Janówka – Orzeł Tykocin (s. 15), Wissa II Szczuczyn – Podlasiak Knyszyn (n. 17), Jasion Jasionówka – Rospuda Filipów (n. 17).
Grupa III: KS Sokoły – Narew Choroszcz (n. 15), Husaria Łapy – Promil Białystok (n. 16), Czarni Gródek – Supraślanka Supraśl (n. 15), Pasja Kleosin – UM Krynki (n. 16).
LEKKA ATLETYKA.
Mistrzostwa województwa podlaskiego młodzików (niedziela - godz. 10, na stadionie zwierzynieckim).
AUTOMOBILIZM
IV runda Samochodowych Mistrzostw Białegostoku 2013 (sobota, start godz.11 na lotnisku Krywlany).

(mark)

Kajakarstwo >> Mistrzostwa świata w Duisburgu

100 procent skuteczności

Trzy finałowe szanse na trzy możliwe wykorzystali w czwartek nasi kajakarze.

Miłosz Karbowski
mkarbowski@wspolczesna.pl

Mistrzostwa świata w Duisburgu zaczęły się dla nas perfekcyjnie. Edyta Dzieniszewska (Sparta Augustów), Magdalena Krukowska i Rafał Rosolski (oboje Dojlidy Białystok) wywalczyli awans do finałów swoich pierwszych konkurencji.

„Edzia" jest szalenie mocna. Trener kobiecej kadry Tomasz Kryk obsadził ją w trzech konkurencjach: K1 na 1000 m, K4 na 500 i sztafecie K1 4x200 metrów. Dzieniszewska nie powinna się więc przemęczać w kwalifikacjach. W czwartek płynęła jedynkę na kilometr. Z każdej z trzech serii eliminacyjnych bezpośrednio do finału awansowała tylko zwyciężczyni. Augustowianka o to prawo stoczyła ostrą walkę z Węgierką Eriką Medveczky. Prowadząc przez cały dystans, odparła atak Madziarki na finiszu. Jak mówił jej klubowy trener Dzieniszewskiej, Jerzy Grąbczewski jest tak „nabuzowana", że mogła przeszarżować. Spartanka jednak dobrze rozłożyła siły, mimo że nie miała wielu okazji do pływania 1000 metrów podczas przygotowań.


Magdalena Krukowska jest już w finale kobiecej dwójki na 1000 metrów

Śladem „Edzi" poszedł Rosolski. W identycznej konkurencji wśród mężczyzn (dodajmy, prestiżowej, bo olimpijskiej) nie było możliwości bezpośredniego awansu do finału. „Rosu" zajął jednak dobre drugie miejsce w serii eliminacyjnej, co pozwoliło mu na start z wygodnego szóstego toru w półfinale. Zawodnik Dojlid przez pół dystansu nawet prowadził. Potem mocno do przodu ruszył płynący obok Słowak Peter Gelle. W walce o 2. pozycję dającą automatyczny awans liczył się jeszcze tylko Szwajcar Fabio Wyss. Atakował, ale ubrany w charakterystyczną niebieską czapeczkę Rosolski, świetnie wytrzymał finisz i przegrał jedynie minimalnie z Gelle.

W K2 kobiet na 1000 metrów startowało w sumie 15 osad. Taką sytuację pewnie wykorzystała Krukowska płynąca w parze z Eweliną Wojnarowską. W swojej serii eliminacyjnej były drugie, a bezpośrednio do finału wchodziły trzy najlepsze dwójki z każdego wyścigu.

W piątek do rywalizacji włączają się Paweł Florczak (Dojlidy, w olimpijskiej K4 na 1000 metrów, także z Rosolskim w składzie) oraz Marek Twardowski (Cresovia Białystok, K1 na 500 m). Start w olimpijskiej czwórce na 500 m czeka również Dzieniszewską i Krukowską. ▲

III i IV liga >>

Typują tylko hazardziści

Dużo ciekawego może się zdarzyć w najbliższej kolejce III ligi. W tych rozgrywkach, a także wśród czwartoligowców zespoły czekają trzecie spotkania w ciągu tygodnia. Szeroka kadra i przygotowanie motoryczne zaczynają mieć znaczenie.

Program obu lig, a także klas niższych znajdą Państwo po lewej w „Relaksie na sportowo". W trzeciej lidze na pierwszy plan wysuwa się walka w czołówce tabeli. Rezerwy Jagiellonii mają szansę utrzymać pozycję lidera, bo podejmują w Supraślu przeciętny Motor Lubawa. Za ich plecami bezpośredni bój stoczą drugi Start Działdowo z trzecim Barkasem Tolkmicko.

Kolejne kluczowe derby czekaj kluby z Podlasia. Wissa Szczuczyn podejmie Tura Bielsk Podlaski, a Dąb Dąbrowa Białostocka grajewską Warmię. Z wymienionych ekip na razie najlepiej radzą sobie „Dębowi".

– Za nami zasłużone zwycięstwo w Ostródzie, ale mecz z Warmią też będzie ciężki. Nie ma łatwych przeciwników. Każdy może wygrać z każdym a o wyniku decyduje dyspozycja dnia – mówi trener Dębu Jacek Markiewicz.

Trzy kolejki czwartej ligi potwierdziły tylko tyle, że... jej wyniki typować mogą tylko hazardziści. Tabeli nieoczekiwanie przewodzą dwaj beniaminkowie. W środę po pierwsze zwycięstwo sięgnął wiosną bliski spadku Sokół Sokółka i to nad augustowską Spartą. Zaskoczyła też kompletnie rozbita po degradacji z III ligi ekipa Orła Kolno. Przy światłach w Juchnowcu podopieczni Roberta Brzezińskiego okazali się minimalnie lepsi od gospodarzy.

– Chwała chłopcom, że uwierzyli w siebie i wykonują założenia taktyczne. Może zacznie się to zazębiać tak, jak powinno. W pierwszym meczu sezonu w Wasilkowie niektórzy wyglądali jakby nie wiedzieli, że są na boisku – mówi Brzeziński.

Dokończenie 5. kolejki III ligi: ŁKS 1926 Łomża – Tur Bielsk Podlaski 1:1 (1:0). Bramki: 1:0 - Maciej Malinowski 22, 1:1 - M. Jakubowski 75-karny.

1. Jagiellonia II	**5**	**12**	**12-6**
2. Start	5	11	8-4
3. Barkas	5	10	10-2
4. Huragan	5	10	13-7
5. MKS Korsze	5	10	11-5
6. Dąb	**5**	**8**	**9-4**
7. Płomień	**5**	**8**	**14-10**
8. Mrągowia	5	7	8-9
9. Motor	5	7	6-9
10. LZS Narewka	**5**	**6**	**8-11**
11. Sokół	5	6	6-10
12. ŁKS 1926	**5**	**5**	**9-7**
13. Tur	**5**	**5**	**4-6**
14. Warmia	**5**	**4**	**6-11**
15. Znicz	4	4	3-6
16. Wissa	**4**	**3**	**4-8**
17. Promień	**5**	**2**	**4-15**
18. Granica	5	1	5-10

Dokończenie 3. kolejki IV ligi: Magnat Juchnowiec – Orzeł Kolno 0:1 (0:1). Bramka: 0:1 - Kiełczewski 43.

1. MKS Mielnik	3	9	8-1
2. KS Wasilków	3	9	4-0
3. Pogoń	3	7	7-2
Sparta S.	3	7	7-2
5. Hetman T.	3	6	5-2
6. Orzeł	3	4	2-3
Sokół	3	4	2-3
8. Cresovia	3	4	6-2
9. KS Michałowo	3	4	2-2
Puszcza	3	4	2-2
11. Sparta A.	3	3	1-2
12. Magnat	3	3	2-6
13. Gryf	3	1	2-4
14. Hetman B.	3	1	2-8
15. KS Śniadowo	3	1	2-10
16. Piast	3	0	1-6

(milk)

Automobilizm >> SMB 2013

Rajdowe Krywlany

Na białostockim lotnisku Krywlany w sobotę, 31 sierpnia rozegrana zostanie IV runda Samochodowych Mistrzostw Białegostoku 2013.

Kierowcy będą mieli do pokonania osiem prób sprawnościowych o łącznej długości 14 kilometrów. Nie lada wyzwaniem będzie zróżnicowana nawierzchnia trasy. Zawodnicy pojadą na asfalcie, betonie, bruku oraz szutrze. Pomimo wcześniejszych zapowiedzi impreza nie będzie miała formy KJS tylko bardziej rozbudowanego sprintu. Podczas tej rundy pilot jest obowiązkowy, a członkowie jednej załogi rajdowej nie mogą być członkami innej załogi.

W imprezie może wystartować każdy, kto posiada prawo jazdy kategorii B, sprawny technicznie samochód wraz z ubezpieczeniem OC i NW oraz kask dla kierowcy i pilota.

Na czele klasyfikacji generalnej Samochodowych Mistrzostw Białegostoku znajduje się Wiesław Zagon i Leszek Janusz – Renault Clio Sport – 37 punktów. Z pewnością czują oni oddech drugich w tabeli Daniela


Bartosz Walewski
W sobotę w Białymstoku zapowiadają się rajdowe emocje

Jedlińskiego i Łukasza Pawłowskiego na Oplu Astra GSi, którzy tracą do nich zaledwie 3 pkt.

▲ **Harmonogram imprezy:**
10.57 - START; **11.00** - „Giełda Samochodowa I"; **11.20** - „Aeroklub I"; **12.10** - „Giełda Samochodowa II"; **12.30** - „Aeroklub II"; **13.30** - „Aeroklub -REV I"; **13.50** - „Giełda Samochodowa - REV I"; **14.40** - „Aeroklub -REV II"; **15.00** - „Giełda Samochodowa - REV II"; **16.00** - META; **17.00** - ogłoszenie wyników

(mark)

Lekkoatletyka >> Finał ligi w Białej Podlaskiej

Po historyczny medal

Podlasie Białystok jest aktualnym klubowym mistrzem Polski, ale jeszcze nigdy nie zdobyło medalu ligi lekkoatletycznej seniorów. Teraz ma na to niepowtarzalną szansę.

Białostocki klub zajmuje drugie miejsce po pierwszym rzucie, który odbył się stolicy naszego województwa. Finał ligi w sobotę w Białej Podlaskiej. Liczy się suma punktów obu rzutów ekstraklasy.

– Jedziemy walczyć, ale będzie trudno, bo mamy trochę problemów kadrowych – mówi prezes Podlasia Jan Zalewski.

Szczęśliwie kłopoty nie dotyczą największych gwiazd. Do Białej Podlaskiej udadzą się: Kamil Kryński (w niedzielę 20.70 w Memoriale Kamili Skolimowskiej – jego najlepszy wynik w sezonie na 200 metrów), skoczkini wzwyż Kamila Stepaniuk (ostatnio czwarta z wynikiem 1.90 w zawodach Diamentowej Ligi w Sztokholmie) i Łukasz Parszczyński, który pobiegnie na 3 km z przeszkodami. Zabraknie jednak kontuzjowanej najlepszej sprinterki Eweliny Popowskiej i – prawdopodobnie średniodystansowca, Damiana Roszko.


Archiwum
Po krótkiej przerwie w startach na bieżnię wróci olimpijczyk z Londynu Łukasz Parszczyński

– W słabszej dyspozycji jest oszczepnik Krzysztof Szalecki. Po kontuzjach do pełnej formy nie wrócili Kamil Supiński w sprincie i Damian Czykier na 100 m przez płotki. Ale nie ma co tylko narzekać, bo inni też pewnie mają swoje kłopoty – mówi Zalewski.

Do wyniku drużyny liczy się 25 najlepszych startów indywidualnych. W Białej Podlaskiej o punkty postarają się także lekkoatleci Prefbetu Śniadowo Łomża, na czele z wypożyczonym z AZS-u Olsztyn młodzieżowym mistrzem Europy Karolem Zalewskim. Łomżanie powinni spokojnie utrzymać się w elicie, wystarczy do tego 12. miejsce w klasyfikacji końcowej. Na razie zajmują 10. pozycję. W Białej Podlaskiej nie wystartuje natomiast drużyna UKS-u 19 Bojary Białystok.

▲ **Klasyfikacja ekstraklasy po I rzucie:** 1. AZS-AWF Kraków 3285, 2. Podlasie Białystok 3093, 3. AZS-AWF Warszawa 3053, 4. Śląsk Wrocław 2844, 5. Zawisza Bydgoszcz 2803, 6. Płomień Sosnowiec 2802, 7. AZS-AWF Biała Podlaska 2727, 8. Agros Zamość 2626, 9. AZS UMCS Lublin 2553, 10. Prefbet Śniadowo Łomża 2149, 11. Budowlani Częstochowa 2105, 12. AZS Łódź 1983, 13. MKL Toruń 1895, 14. UKS 19 Bojary Białystok 1785.

(milk)

GW sport
www.wspolczesna.pl

W Nowym Jorku trwa czwarty z wielkoszlemowych turniejów tenisowych US Open.



ISSN 0137-9488

Piłka nożna >> Jagiellonia jedzie do Łodzi

Nie ma żadnego fatum Widzewa

W ostatnich meczach rozegranych na obiekcie Widzewa Jagiellonia wysoko przegrywała 0:3, 2:4, 1:4. Czy można więc mówić o fatum łódzkiego stadionu? – Nie ma żadnej traumy Widzewa. Dziś to inna Jaga – odpowiada trener Piotr Stokowiec.

Mariusz Klimaszewski
mklimaszewski@wspolczesna.pl

Nie mamy jakiejś psychozy Widzewa. Ostatnie porażki na łódzkim stadionie są tylko statystykami. Dzisiejsi piłkarze Jagiellonii nie odczuwają żadnego fatum. Jedziemy tam zdominować rywali i zagrać dobry mecz, po którym zdobędziemy trzy punkty – mówił na czwartkowej konferencji prasowej trener Jagiellonii Piotr Stokowiec.

A uzupełniając statystyki dodajmy, że Jagiellonia w całej historii konfrontacji z Widzewem nie ma ich najlepszych. W ekstraklasie obie jedenastki grały ze sobą 16 razy. Cztery razy wygrywała Jaga. Tyle samo było remisów. Ośmiokrotnie górą był Widzew. Stosunek bramek 30:13 na korzyść sobotnich rywali.

Jeden mecz z Widzewem przeszedł do klubowej historii Jagiellonii i zawsze jest przypominany w przedmeczowych zapowiedziach. To oczywiście spotkanie żółto-czerwonych numer 1 w ekstraklasie z 9 sierpnia 1987 roku zakończone remisem 1:1 przy ponad 30-tysięcznej widowni ówczesnego stadionu Gwardii (bramki: 1:0 – Michalewicz 7; 1:1– L. Iwanicki 74).



Fot. W. Wojtalewicz

Jagiellonia udaje się do Widzewa by odczarować łódzki stadion. Na zdjęciu Tomasz Kupisz podczas jednego z meczów z Widzewem.

To już jednak historia, a dziś po boiskach biegają inne zespoły, inni piłkarze.

– Przed nami trudne spotkanie na gorącym terenie. Widzew, który od kilku sezonów skazywany jest na spadek cały czas ma się dobrze będąc drużyną nieobliczalną – mówi trener Stokowiec.

Największą uwagę białostoczanie będą musieli poświęcić Łotyszowi Eduardsowi Visnakovsowi. Piłkarz w czterech meczach zdobył już 5 bramek dla Widzewa. Zawodnik został uznany piłkarzem miesiąca T-Mobile Ekstraklasy.

– Ten transfer „wystrzelił". Na pewno będziemy musieli uważać na tego zawodnika. Najważniejsze jednak byśmy ustrzegli się błędów w defensywie i potrafili wykorzystać swoje okazje w ataku. Z Pogonią nasza gra była dobra. Jednak zawiodła wtedy skuteczność i brak koncentracji w obronie – mówi szkoleniowiec Jagiellonii.

Widzew ostatnio został mocno osłabiony. Jak wiemy odszedł Bartłomiej Pawłowski. W ostatnich dniach rozwiązano też umowę za porozumieniem stron z Thomasem Phibelem. W ostatnich treningach nie uczestniczył zaś Hachem Abbes.

– Nie patrzymy na problemy rywala. Koncentrujemy się na sobie. Na Widzewie musimy zdominować rywala w posiadaniu piłki. Wziąć ster w swoje ręce i wygrać mecz – dodaje trener

Widzew w ostatnich meczach w ekstraklasie przegrał dwa razy, w tym ze Śląskiem Wrocław 1:3. Po tym spotkaniu bramkarz łodzian Maciej Mielcarz powiedział: – W każdym spotkaniu staramy się łapać punkty. Te wszystkie oczka są strasznie ważne. Trzeba się jak najszybciej otrząsnąć i myśleć o meczu z Jagiellonią u siebie.

Spotkanie Widzew Łódź – Jagiellonia rozpocznie się w sobotę o godz. 15.30. Poprowadzi je jako sędzia główny arbiter w Żywca Tomasz Wajda. Transmisję telewizyjną przeprowadzi: Polsat Sport Extra. ▲

Mówi piłkarz



▲ **Tomasz Bandrowski pomocnik Jagielonii:** – Łódzki Widzew jest drużyną groźną na własnym boisku. Musimy przede wszystkim zagrać skuteczniej niż w ostatnim pojedynku z Pogonią Szczecin. Koncentracja i właśnie skuteczność spowoduje, że to my zdobędziemy w sobotę trzy punkt a nie Widzew. Gra w naszym zespole jest i widać to było w spotkaniu z Pogonią Gra w defensywie musi być lepsza niż ostatnio i wspomniana koncentracja od napastnika do bramkarza. Jes dobry moment by wreszcie odczarować widzewski stadion, na którym ostatnio nie wiodło się zbytnio Jagiellonii.

Ekstraklasa

Pierwsze miejsce w tabeli piłkarskiej ekstraklasy ex aequo zajmują Górnik Zabrze i Lechia Gdańsk. W piątek (godz. 18) w meczu szóstej kolejki o prymat w krajowych rozgrywkach drużyny te staną naprzeciw siebie na PGE Arenie Gdańsk. Górnik i Lechia wygrały do tej pory po trzy spotkania, a po dwa zremisowały. Mają identyczny bilans bramek 9-4. Organizatorzy spodziewają się, że mecz na szczycie obejrzy po nad 20 tysięcy widzów. Na stadion z pewnością przyciąga ich bardzo dobra postawa gdańskiego zespołu. Piłkarze trenera Michała Probierza wygrali w sierpniu wszystkie mecze, kolejno z: Jagiellonią Białystok 2:0, Cracovią 3:1 i Legią Warszawa 1:0.
Zabrzanie natomiast w piątkowych Wielkich Derbach Śląska dali sobie wydrzeć zwycięstwo w doliczonym przez sędziego czasie gry; zremisowali z Ruchem Chorzów 2:2.
W tym sezonie porażki nie doznała jeszcze jedna drużyna - Wisła Kraków. Podopieczni trenera Franciszka Smudy stracili najmniej bramek ze wszystkich ekip, zaledwie trzy. Po pewnym zwycięstwie nad Lechem Poznań (2:0) w poprzedniej kolejce, w sobotę „Biała Gwiazda" zmierzy się w Szczecinie z Pogonią.

▲ **Program 6. kolejki piłkarskiej ekstraklasy:**
piątek, 30.08: Lechia Gdańsk – Górnik Zabrze (godz. 18); Ruch Chorzów – KGHM Zagłębie Lubin (18)
sobota, 31.08: Widzew Łódź – Jagiellonia (15.30); Pogoń Szczecin – Wisła Kraków (18); Cracovia Kraków – Legia Warszawa (20.30)
niedziela, 1.09: Piast Gliwice – Śląsk Wrocław (15.30); Lech Poznań – Zawisza Bydgoszcz (18)
poniedziałek, 2.09: Podbeskidzie Bielsko-Biała – Korona Kielce (18)

1. Górnik	5	11	9
Lechia	5	11	9
3. Legia	5	9	13
4. Wisła	5	9	6
5. Pogoń	5	8	8
6. Piast	5	7	7
Jagiellonia	**5**	**7**	**7**
Cracovia	5	7	7
9. Śląsk	5	6	7
10. Ruch	5	6	7
11. Lech	5	6	4
12. Widzew	5	6	6-1
13. Korona	5	4	5
14. Zawisza	5	3	5
15. Podbeskidzie	5	3	5-1
16. Zagłębie	5	2	1

Piłka nożna >> Wigry będą otwierać stadion w Mielcu, Olimpię czeka wyjazdowy bój z Legionovią

Sebastian Radzio wraca na razie w roli straszaka

Tuż przed zamknięciem okienka transferowego Wigry wzmocniły się napastnikiem. Po ponad dwóch latach do Suwałk wrócił Sebastian Radzio, który jeszcze poprzedniej jesieni grał w Widzewie Łódź, a w bieżącym roku zmagał się z kłopotami zdrowotnymi.

– Sebastian od tygodnia trenuje z drużyną, piłkarsko prezentuje się dobrze i niewykluczone, że chociaż przez parę minut zagra ze Stalą – mówi Donatas Vencevicius, trener suwalczan.

Biało-niebiescy będą uczestniczyć w otwarciu zmodernizowanego stadionu w Mielcu i chcą popsuć święto beniaminkowi. Bez kontuzjowanych Adriana Karankiewicza, Valentina Jeriomenki, Mateusza Romachowa i Bartosza Widejki będzie o to szalenie trudno.

– Mocno przybiła nas ostatnia klęska z Wisłą Puławy, ale na wczorajszym treningu było już widać, że zawodnicy odzyskali wiarę w siebie – przekonuje Vencevicius. – Mecz w Mielcu ma oglądać 5 tys. kibiców, każdy piłkarz lubi grać w takiej gorącej atmosferze – kończy trener Wigier.

W poprzedniej kolejce pierwszej porażki doznała też Olimpia Zambrów, która znowu na wyjeździe zmierzy się z Legionovią Legionowo, innym drugoligowym nowicjuszem. Legionovia zaczęła sezon od trzech porażek, ale w ostatnich dwóch meczach zdobyła komplet punktów.



Fot. W. Drazba

Sebastian Radzio związał się z Wigrami do końca tego sezonu

– Spróbujemy zatrzymać rywala, którego doskonale znamy z częstych sparingów – mówi Krzysztof Zalewski, trener Olimpii. – W Pruszkowie trochę zabrakło nam szczęścia, teraz postaramy się przywieźć chociaż punkt.

Wśród zambrowian na lekkie urazy narzekają Kamil Zapolnik i Łukasz Grzybowski, ale w sobotę powinni być już gotowi do gry.

1. Stal Rz.	5	11	6-1
2. Wisła	5	10	9-6
3. Stal St. W.	5	10	7-6
4. Znicz	5	9	9-5
5. Pogoń	5	9	10-8
6. Siarka	5	9	7-5
7. Wigry	**5**	**8**	**9-8**
8. Olimpia E.	5	8	4-3
9. Radomiak	5	7	10-7
10. Motor	5	7	8-7
11. Concordia	5	7	3-6
12. Legionovia	5	6	7-8
13. Stal M.	4	6	6-7
14. Olimpia Z.	**4**	**5**	**5-4**
15. Pelikan	5	4	9-9
16. Świt	5	4	3-7
17. Limanovia	5	4	4-10
18. Garbarnia	5	0	3-12

▲ **Program 6. kolejki (31.08 - 1.09)**
Pelikan – Świt
Radomiak – Stal Rz.
Limanovia – Concordia
Motor – Pogoń
Wisła P. – Siarka
Stal M. – Wigry
Olimpia E. – Garbarnia
Znicz – Stal St. W.
Legionovia – Olimpia Z.

GW magazyn tydzień

30 sierpnia 2013
piątek
168(17858)



Fot. A. Zamowicz

Aż skóra cierpła, kiedy Bernadeta Głębicka i jej córka Dobrosława zadęły, ile pary w płucach, w słowiańskie rogi. W ten sposób wzywały, tak jak tysiąc lat temu nasi przodkowie, wojowników do walki. – Bo serce nie sługa i jeśli ktoś ma zamiłowanie do tamtych czasów i miecza, nie zamieni tego na nic innego – tłumaczy Andrzej Głębicki z Drohiczyna. Ale na zjazdach współczesnych Bałtów, Wikingów i Słowian wśród szczęku oręża jest też miejsce na miłość...

>>6

Żyją jak w czasach Mieszka I

w magazynie

Dorota Naumczyk
dnaumczyk@wspolczesna.pl

Już w poniedziałek uczniowie podlaskich szkół wrócą po dwumiesięcznej przerwie do swoich szkolnych ławek. Wśród nich będzie też 15-letnia Partycja, uczennica Parafialnej Szkoły Romskiej w Suwałkach, jedynej takiej placówki w Polsce. I choć zgodnie z romską tradycją, nastolatka już powinna szykować się do zamążpójścia i rodzenia dzieci, ona woli chodzić do szkoły. Co więcej, chce skończyć gimnazjum, liceum i już planuje, na jakie kierunki studiów będzie próbowała się dostać. Bo Patrycja najpierw chce zdobyć wykształcenie i dobrą pracę, a dopiero później szukać męża. Co o tym jej przeciwstawieniu się romskiej tradycji sądzi rodzina? Dlaczego Romowie nie chcą uczyć się w publicznych szkołach razem z Polakami? Dlaczego trzeba było im utworzyć odrębną placówkę? Można dowiedzieć się z tekstu na str. 4 pt. ***„Z gadziami Rom uczyć się nie chce”.***

Na stronie obok zaś piszemy o tym, jak pan Ryszard Łapiński z Suwałk musi zmierzyć się z historią. Wszedł on w posiadanie własnej teczki, stworzonej za PRL-u przez Służbę Bezpieczeństwa. I dowiedział się, że był obiektem obserwacji i licznych donosów. Co więcej, z Instytutu Pamięci Narodowej uzyskał informację, kto na niego donosił i teraz stanął przed dylematem, co z tą wiedzą zrobić. Jak ma reagować, kiedy spotyka na ulicy znajomych ludzi, którzy – jak się okazuje – przed laty na niego donosili? O historii pana Ryszarda Łapińskiego piszemy w tekście ***„Chcieli zniszczyć mu życie”*** *(str. 5).*

Warto przeczytać też rozmowę z Małgorzatą Waluszewską, autorką coraz popularniejszej w Polsce tzw. MetaDiety. Waluszewska przekonuje, że ludzki organizm jest samowystarczalną kliniką. Że „całą dobę, z wyjątkiem momentów przeznaczonych na trawienie, zachodzą w nas mechanizmy samonaprawcze”. Tylko że współczesny człowiek je praktycznie non stop, ciągle sięga po przekąski, przegryzki, łyka i... choruje. Jaki styl żywienia zaleca autorka MetaDiety? Po jakie produkty radzi sięgać, a czego unikać? Przeczytajcie rozmowę na str. 7 pt. ***„Czy wiesz, co jesz?”***

Koniecznie trzeba też poznać niezwykłą historię życia pana Krzysztofa. Kiedy dostał on spadek, żył jak król. Zwiedził pół Europy, kelnerzy ogień mu podawali, a orkiestra specjalnie dla niego grała co lepsze kawałki. Ale los się odwrócił (zresztą, nie bez pomocy Krzysztofa) i nasz bohater wylądował na ulicy. Jednak mimo tego, że jest bezdomny, potrafi o siebie zadbać. W jaki sposób? Czytajcie w tekście pt. ***„Krzysztof trzyma fason”.*** *(str. 9).*

Na stronie 8 zaś drukujemy wspomnienie znanej wokalistki Kayah o czasach jej dzieciństwa spędzonego na białostockim osiedlu Bojary. „W Białymstoku łaziłam po drzewach i rozrywałam sukienki” – wspomina Kayah. Jak jeszcze pamięta to miasto? Odpowiedź znajdziecie we fragmencie książki „Cudowne lata” pt. ***„Kasiu, co sąsiedzi powiedzą?”.***

przegląd tygodniowy

Białystok



W sobotę na nowym stadionie miejskim odbył się pierwszy mecz Jagiellonii. Żółto-czerwoni zmierzyli się z Pogonią Szczecin. Do prawdziwego szczęścia zabrakło tylko jednego: zwycięstwa Jagiellonii. Żółto-czerwoni po emocjonującym meczu przegrali z Pogonią Szczecin 2:3.

Na razie do użytku oddano tylko połowę nowego stadionu. Całość ma być gotowa w lipcu przyszłego roku. Ale i tak już teraz nowoczesne trybuny i oglądanie z nich piłkarskiego meczu robi ogromne wrażenie. W sobotę na trybunach zasiadł komplet 6100 kibiców. Docelowo ma być ich aż 22,5 tys.

Białystok



Prawie dwa tysiące psów wzięło udział w VII Międzynarodowej Wystawie Psów Rasowych, która odbyła się w miniony weekend na stadionie w białostockim Zwierzyńcu. W ramach tej imprezy odbyła się także III krajowa wystawa pinczerów, sznaucerów i psów molosowatych oraz IV krajowa wystawa terierów. W sumie podziwiać można było przedstawicieli prawie dwustu ras czworonożnych przyjaciół człowieka.

Białystok

W miniony poniedziałek pijany 53-latek spowodował ewakuację blisko 300 osób z Komendy Miejskiej Policji przy ul. Bema w Białymstoku. Mężczyzna zadzwonił bowiem z informacją o bombie w budynku. Praca funkcjonariuszy została sparaliżowana na dwie godziny. Po przeszukaniu pomieszczeń policjanci wrócili do pracy.

Po dwóch godzinach od telefonu z informacją o rzekomej bombie funkcjonariusze zatrzymali autora fałszywego alarmu, który miał ponad 2,5 promila alkoholu. We wtorek został on doprowadzony do Prokuratury Rejonowej Białystok-Północ. Prokuratura postawiła mu zarzut zawiadomienia o fałszywym zagrożeniu, za co grozi kara do ośmiu lat więzienia.

Biebrzański Park Narodowy

W sobotę w Biebrzańskim Parku Narodowym rozegrano Mistrzostw Polski w koszeniu bagiennych łąk dla przyrody „Biebrzańskie Sianokosy”. Rekord w tej dziedzinie ustanowił zdobywca pierwszego miejsca – Rafał Brych z gminy Krypno. Stumetrowy odcinek łąki skosił on w dwie minuty i 46 sekund (po raz pierwszy w historii tych mistrzostw skosił wyznaczony fragment łąki w czasie krótszym niż trzy minuty).

Na Bagnie Ławki rywalizowało 36 dwuosobowych drużyn kosiarzy z kraju i zagranicy. Drużynowo zwyciężyli Adam Szklanko i Jarosław Kisło reprezentujący jednostkę wojskową w Osowcu z łącznym czasem 8 minut 58 sekund.

Ełk



275 biegaczy z całej Polski stanęło w niedzielę na starcie Półmaratonu Ełckiego. Zawodnicy biegli z ul. Parkowej promenadą nad jeziorem, potem drogami szutrowymi i asfaltem aż do góry Bunelki i z powrotem. Pierwszy na mecie był Litwin Petras Pranckunas. Pokonał 21,097 km w godzinę, 18 minut i 41 sekund. Drugie miejsce zajął Adam Szydlik z Łomży, a trzecie Bartek Osior z Wydmin.

Korycin

Święto Sera odbyło się w minioną niedzielę w Korycinie. Nad miejscowym zalewem świętowano XXXIX Dni Korycina i X Święto Sera. – Wasz produkt jest rozpoznawalny na terenie całej Unii Europejskiej. Gratuluję wszystkim serowym producentom – powiedział Mieczysław Baszko, wicemarszałek województwa podlaskiego. Od roku ser koryciński swojski ma unijny certyfikat „Chronione oznaczenie geograficzne”. To również pomogło w promocji tego produktu, a także zapewniło mu lepszą ochronę prawną.

Przez cały dzień w Korycinie odbywały się konkursy z serem korycińskim swojskim w roli głównej. Konkurencję na najlepsze danie z serem wygrał Piotr Nietupski z Gorszczyzny, który przygotował wypasione klopsiki serowe w galarecie. Drugie miejsce zajęła Dorota Krynicka z Zabrodzia za sałatkę szefa, natomiast trzecie – Agata Lewicka z Korycina za oryginalną pizzę. Szukano również sera z największą liczbą dziur. Zwycięzcą tej konkurencji został ser Marcina Bielca z Aulakowszczyzny, w którym doliczono się 183 dziur. Drugie miejsce zajął ser Agnieszki Gremzy z Szumowa z wynikiem 128 dziur.



Łomża/ Piątnica

Funkcjonariusze podlaskiej Izby Celnej zatrzymali w Łomży i Piątnicy dwóch trudniących się przemytem mężczyzn. Na posesji 22-letniego mieszkańca Łomży celnicy znaleźli 2,5 tysiąca paczek papierosów, pięć litrów alkoholu niewiadomego pochodzenia oraz 1000 litrów oleju napędowego z Białorusi. Sprawca ukrywał przemycony towar w gołębniku. Umiejscowiona tam szafa i zwierzęta miały maskować nielegalny proceder. Szacunkowa wartość kontrabandy to ok. 10 tys. zł.

Następnego mężczyznę zatrzymano w poniedziałek w Piątnicy. Mieszaniec Łysek k/Białegostoku przewoził 1500 paczek papierosów, pięć litrów spirytusu i niemal 1000 litrów ropy. 50-latek wiózł towar z Białorusi w przyczepce. Celnicy wszczęli wobec przemytników sprawy karne skarbowe.

Olecko

W sobotę ok. godz. 16.30 policjanci z Olecka otrzymali zgłoszenie o pijanych rodzicach, którzy idą drogą z małym dzieckiem. Patrol na trasie Wieliczki-Nowy Młyn zauważył mężczyznę i kobietę z małą dziewczynką. Od 25-letniego Michała D. i jego partnerki, 23-letniej Ewy S. było czuć alkohol. Oboje chwiali się na nogach i mieli trudności z utrzymaniem równowagi. Wracali do domu z roczną córeczką. Policjanci przekazali dziecko pod opiekę trzeźwego opiekuna. Rodzice zostali dowiezieni do komendy, gdzie poddano ich badaniu alkotestem. Michał D. miał ponad 2,5 promila, a Ewa S. 0,8 promila alkoholu w organizmie. Policjanci powiadomią o tej sprawie sąd rodzinny i nieletnich.

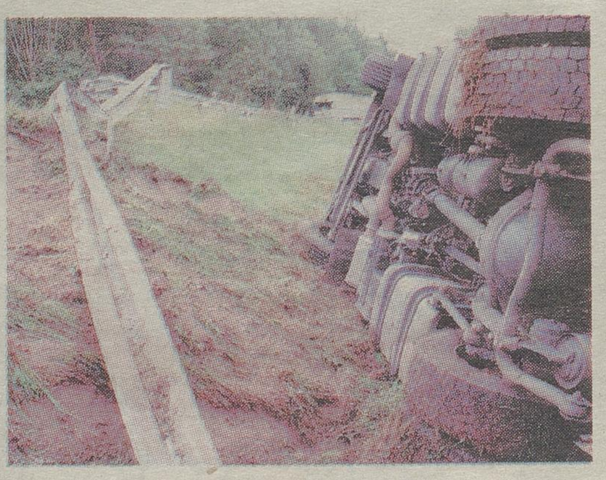
Proniewicze (gm. Bielsk Podlaski)

W nocy z piątku na sobotę w Proniewiczach (gm. Bielsk Podlaski) kierujący volkswagenem passatem próbował wjechać na lewy chodnik, a potem zatrzymał się na środku drogi. Na widok zbliżającego się policjanta gwałtownie ruszył. Auto skierowało się wprost na drugiego z funkcjonariuszy. Ten zdołał odskoczyć, jednak o jego ramię zahaczyło boczne lusterko pędzącego pojazdu.

Funkcjonariusze rozpoczęli pościg za uciekinierem. Jadący przed passatem kierowcy tirów spowalniali jego ucieczkę, utrudniając mu wyprzedzanie. Kierowca próbował zrobić to z prawej strony, ale ten manewr zakończył się uderzeniem w tył jednego z pojazdów. Po zderzeniu passat się zatrzymał. Na szczęście nikt nie ucierpiał.

Policjanci ścigający pirata drogowego dobiegli do volkswagena i obezwładnili stawiającego opór kierowcę. Okazało się, że jest to 62-letni, zionący alkoholem i bełkoczący mieszkaniec powiatu bielskiego. Badanie alkomatem wykazało u niego blisko 2 promile alkoholu. Okazało się również, że jego auto nie miało ważnych badań technicznych.

Szwajcaria (gm. Suwałki)



Ponad dwa promile miał kierowca białoruskiej ciężarówki, który w rejonie wsi Szwajcaria, na zakręcie drogi uszkodził barierkę i zjechał do przydrożnego rowu. Kierowca uciekł z miejsca zdarzenia. Policja odnalazła go po kilku godzinach, w pobliskich bagnach.

kronika wypadków umysłowych

Cień cudownego gzymsu w oknie

Konrad Kruszewski
kkruszewski@wspolczesna.pl

Niestety, media doniosły, że cień śp. Lecha Kaczyńskiego przestał ukazywać się w oknie warszawskiej kamienicy, zamieszkiwanej swego czasu przez byłego prezydenta. Zamiast niego w oknie pojawiły się dwie gębki, uśmiechnięte od ucha do ucha. A była taka szansa na kult.



Cień Lecha Kaczyńskiego pierwsza zauważyła i nawet sfotografowała dziennikarka „Gazety Polskiej Codziennie" Katarzyna Pawlak.

Nawet ona niecodziennie widuje takie zjawiska. Nic zatem dziwnego, że zamieściła to zdjęcie w necie ze stosownym komentarzem: „Początkowo myślałam, że zwariowałam i to skutek „smoleńskiej obsesji", ale każdy to widzi! – obwieściła autorka bardzo znacznej liczby tekstów o Smoleńsku i trotylu.

Rzeczywiście każdy widział! O żadnej obsesji mowy być nie mogło. Cud prawdziwy. W oknie ukazywał się Lech Kaczyński jak żywy. Problem tylko w tym, że aby go zobaczyć, trzeba było wdrapać się na piętro w szpitalu Solec. Cień był widoczny tylko z okna jednej sali, akurat tej, w której chorowała matka dziennikarki . I to tylko przez kilka godzin, bo potem znikał. Warunkiem był oczywiście dzień słoneczny, bo w dni pochmurne święty cień nie był się w stanie przebić.

Na szczęście w ostatnich dniach Pan Bóg był łaskawy i wbrew knowaniom PO zapewnił słoneczną pogodę. Tak, że do szpitala Solec zaczęły ciągnąć pielgrzymki obywateli, którzy chcieli być świadkami cudu. A kto przyjść nie mógł, wpatrywał się w zdjęcie wykonane przez redaktor Pawlak. Słusznie. Bo jak zapewnił dziennikarz z tej samej co Pawlak gazety, redaktor Pereira, to zdjęcie miało moc. Na pewno wielką, ale jaką – nie wiadomo.

I już się tego nie dowiemy. Cios nadszedł ze strony nieoczekiwanej. Od specjalisty w sprawie cudów w Polsce największego. Od redaktora Terlikowskiego, który z cudami obcuje na co dzień.

– Cienie na szybie niczego nie dowodzą i nie mają mocy – obwieścił on na Fronda.pl. – Wiara w tego typu znaki (a mówimy o śladach na szybie, a nie o objawieniach, które oczywiście się zdarzają) jest czystym pogaństwem, które w wielkich ludziach zaczyna dostrzegać postacie herosów czy wręcz półbogów.

A w dodatku poparł go jeszcze specjalista od sowieckich agentów w szeregach duchowieństwa ks. Tadeusz Isakowicz-Zaleski.

– Cień na szybie, jak twierdzą niektórzy – podobizna śp. Lecha Kaczyńskiego, ale cóż to byłby za znak z nieba? Twarz polityka to żadne objawienie – powiedział.

Oczywiście, zwolenników wyniesienia byłego prezydenta na ołtarze tego typu opinie co najwyżej ubawią. Uśmiechną się jedynie z politowaniem słysząc takie sądy. Oni i tak swoje wiedzą. Cień był znakiem, który chciał nam coś przekazać. Ale co? Nie wiadomo, bo cień się chyba wkurzył. Po tych nieodpowiedzialnych opiniach obraził się i przestał się ukazywać. Za to w oknie pojawiły się dwie papierowe gębki (zdrobnienie od gęby), od ucha do ucha uśmiechnięte. Ale w nich nawet dziennikarka Katarzyna Pawlak nie potrafiła dopatrzyć się wizerunku śp. prezydenta. Mówią, że te gębki umieścił obecny właściciel mieszkania z cudownym oknem w celu sprofanowania tego, co i tak sprofanować się nie da.

Pozostało jedynie zdjęcie wykonane przez dziennikarkę. A ponieważ miało ono zapewnioną przez redaktora Pereirę wielką moc, „Kronika wypadków umysłowych" oczami redaktora ją piszącego (czyli mnie) wpatrywała się w nie intensywnie, żeby ta moc na redaktora spłynęła, bo nic innego już na niego spłynąć nie chce. I po kilku godzinach wpatrywania się w cudowny cień zauważyłem, że bardzo przypomina on zarys gzymsu budynku usytuowanego prostopadle do cudownego okna. Stąd wniosek najbardziej pogański z pogańskich, że nie jest to cień Lecha Kaczyńskiego, tylko cień gzymsu. A zniknął (a właściwie zniekształcił się) dlatego, że słońce zmieniło swoje wobec gzymsu położenie.

„Cień śp. Lecha Kaczyńskiego był widoczny tylko z okna jednej szpitalnej sali. I to tylko przez kilka godzin, bo potem znikał. Warunkiem był oczywiście dzień słoneczny, bo w dni pochmurne święty cień nie był się w stanie przebić. Na szczęście w ostatnich dniach Pan Bóg był łaskawy i wbrew knowaniom PO zapewnił słoneczną pogodę. Tak, że do szpitala Solec zaczęły ciągnąć pielgrzymki obywateli, którzy chcieli być świadkami cudu.

Tak się tego swojego pogańskiego wniosku przestraszyłem, że wyznawców religii smoleńskiej postanowiłem pocieszyć. Nie martwcie się. Za rok, o tej porze, jak Pan Bóg da słoneczny dzień, cień znowu się pojawi. I może wtedy Wam coś przekaże?

regionałki

Zośka znów się rozbierze i zawiśnie

Hit! Nad jeziorem Rospuda pod Augustowem stanie pomnik gołej Zośki. Rzeźba rozebranej dziewoi zostanie odsłonięta na półwyspie, który od dziesiątków lat nosi umowną nazwę Gołej Zośki. Okazało się, że zasłużyła ona na pomnik, bo według miejscowej legendy była niemal jak pułkownik dziewica Emilia Plater. Zakochała się w carskim oficerze, a potem została posądzona o szpiegostwo i powieszona za to przez żołnierzy napoleońskich bez ubrania na drzewie. Widzimy zatem, że historia bardzo się zmieniła, bo dotychczas sądziliśmy, że Zośka to była turystka, która nago opalała się nad jeziorem, więc była atrakcją dla miejscowej młodzieży.

Szkoda tej zamiany. Nam znacznie bardziej odpowiadała naga turystka, niż nagi wisielec.

Sprzedam wesele i zarobię

W województwie podlaskim rozwija się nowy proceder – handel weselami. Polega on na rezerwowaniu w najbardziej atrakcyjnych terminach na przykład sal weselnych, a potem odsprzedawaniu ich po wyższej cenie. Handluje się w ten sposób nawet zespołami i didżejami, czyli dawnymi wodzirejami. – Parę razy trafiłem na takich weselnych cwaniaków – powiedział naszej gazecie DJ Kris. – Byłem traktowany jak towar, który można odsprzedać.

Taki towar można sprzedać wiele razy, bo się nie psuje.

Za biurkiem najwygodniej

Prokuratura bada sprawę białostockich policjantów, którzy, jak napisała „Rzeczpospolita", co najmniej przez 2 lata mieli brać pieniądze za dodatkowe patrole w rejonach zagrożonych rasistowskimi atakami, ale nie ruszali się zza biurka. Biuro Spraw Wewnętrznych Komendy Głównej Policji wpadło na trop sprawy, gdy zaczęło sprawdzać, dlaczego – mimo ekstra funduszy na patrole nacjonalistyczne – ataki nie tylko nie malały, ale były coraz częstsze i zuchwalsze. Wówczas okazało się, że policjanci w ogóle nie wychodzili zza biurek.

Przypominają się słowa ministra spraw wewnętrznych: "Idziemy po was". Pod warunkiem, że będziecie pod biurkiem.

Nowa gospodarka śmieciowa

Nowa białostocka gospodarka śmieciowa jest bardziej zdumiewająca od leninowskiego NEP-u (Nowaja Ekonomiczeskaja Politika). Zaowocowała ona drastycznym podniesieniem cen za wywóz śmieci. – Opłaty są wyższe, bo od 1 lipca musimy wywiązywać się z obowiązku segregacji (...) odpadów – wytłumaczył Adam Kamiński, wiceprezes magistrackiej spółki, odpowiadającej za gospodarkę odpadami. Proste? Pozornie, bo mieszkańcy już zauważyli, że mimo wyższych opłat śmieci nie są segregowane. I rzeczywiście nie są. Przyznają to pracownicy z tej samej spółki Lech, odpowiadającej za odpady. A nie są, bo nie ma firmy chętnej, żeby je segregować.

Czyli pieniądze pobrane, usługa niewykonana. Jak nazwać firmę, która tak postępuje? Urząd miejski.

Nowi ludzie do nowych zadań

Nasze pieniądze na segregację śmieci nie są jednak wyrzucane w błoto. One są zbyt cenne, żeby je utopić w śmieciach. Zarówno miejska spółka Lech, jak i białostocki magistrat w związku z nową gospodarką odpadami zwiększyły zatrudnienie wśród... urzędników. W sumie o kilkadziesiąt osób. – Mamy nowe zadania – powiedziała w związku z tym Beata Kołakowska z biura prasowego białostockiego magistratu. A znany nam już wiceprezes Lecha Adama Kamiński dodał: – Nie da się nowych zadań realizować bez dodatkowego zatrudnienia.

Te nowe zadania to, przypomnijmy, m.in. segregacja śmieci. W związku z tym mamy takie pytanie: Czy zatrudniono nowych urzędników do segregacji odpadów, których się nie segreguje? **(kk)**

Społeczeństwo >> W Suwałkach funkcjonuje jedyna w kraju szkoła romska

Z gadziami Rom uczyć się nie chce

Patrycja ma 15 lat. Rodzice chcą, by wyszła za mąż i rodziła dzieci. – Nie muszę się uczyć – przyznaje nastolatka. – Ale chcę i będę. Marzę o tym, by zostać psychologiem.



H. Wysocka

– W szkole nauczyłam się nie tylko pisać, ale też wielu potrzebnych w życiu rzeczy – mówi Patrycja. – Będę zachęcać Romów, by posyłali tutaj swoje dzieci.

Helena Wysocka
hwysocka@wspolczesna.pl

W poniedziałek zasiądzie więc w szkolnej ławce i będzie kontynuować naukę w gimnazjum. Po tej szkole zamierza podjąć pracę, by zarobić pieniądze na studia. – Chciałabym wyjechać do Warszawy – planuje. – Najpierw uzyskać dyplom psychologa, albo pedagoga, a dopiero później założyć rodzinę. Z Romem? Niekoniecznie, ale będę kultywować nasze tradycje.

Pracownicy szkoły twierdzą, że właśnie takie dzieci jak Patrycja są najlepszą nagrodą za ich wieloletni trud.

– Mamy różnych uczniów: zdolnych i borykających się z problemami – mówi Bożenna Szynkowska, wicedyrektor Parafialnej Podstawowej Szkoły Romskiej w Suwałkach. – Niektórzy są trochę zagubieni, potrzebują pomocy. Staramy się ich wspierać. Nie pobłażamy im, ale też nie tresujemy.

Ksiądz ich zauważył

W centrum miasta, od dwudziestu lat, w budynku plebanii przy parafii pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa uczą się Romowie. To jedyna taka szkoła w kraju. Od września tego roku kształcić się w niej będzie 31 uczniów. Nie ma ich zbyt wielu, ale dzięki temu nauczyciele mogą poświęcić każdemu dziecku czy nastolatkowi tyle czasu, ile faktycznie potrzebuje.

O tym, by umożliwić naukę cygańskim dzieciom pomyślał ks. Jerzy Zawadzki, ówczesny proboszcz suwalskiej parafii. Duchowny, podczas wizyt u rodzin zauważył, że większość z nich nie potrafi ani pisać, ani czytać. I to zarówno dorośli, jak i dzieci. Ani jedni, ani drudzy, w obawie przed szykanami nie chcieli kształcić się w publicznych placówkach. Kapłan postanowił to zmienić i w parafialnych pomieszczeniach założył świetlicę. Z tej placówki kilka lat później „wyrosła" szkoła. Początkowo chodziły do niej dzieci w różnym wieku. Zdarzało się, że pierwszą klasę kończył dorosły mężczyzna, który wprost ze szkoły biegł do swojej żony i dzieci. Czasem na zajęcia przychodzili też dziadkowie. Dziś takich sytuacji już nie ma.

– Docieramy do rodzin mieszkających na terenie całego miasta – opowiada dyr. Szynkowska. – Do „zerówki" trafiają cztero-, pięcioletnie maluchy. Przyzwyczajają się do zajęć, uczą się czytać i pisać. Ale też bawią się i integrują z rówieśnikami.

Z uwagi na tryb życia Romów, ich częste wyjazdy do krewnych albo za granicę, bywa, że dzieci rozpoczynają naukę w szkole i jej nie kończą. Albo pojawiają się ponownie po kilku miesiącach. Suwalscy nauczyciele dopasowują program tak, by mogły nadrobić zaległy materiał.

– Realizujemy podstawę programową – mówią. – Uczymy pisać, czytać, liczyć, ale nie tylko. Pielęgnujemy kulturę Romów, ich obyczaje. Pokazujemy, jak odróżnić dobro od zła. To stary, ale ważny klucz.

Dzięki szkolnym projektom uczniowie mają bezpłatne podręczniki, pomoce dydaktyczne i wiele wyrównawczych zajęć.

Prośby asystentki są święte

Wśród uczniów romskiej szkoły jest też Patrycja. Dziewczyna pochodzi z mieszanej rodziny. Ojciec jest Polakiem, matka – Romką.

– Tata pracuje na budowie, a mama w tutejszej szkole – opowiada nastolatka.

Kobieta jest romską asystentką. Uczestniczy w szkolnych zajęciach i pomaga nauczycielom nawiązać kontakt z uczniami. Jest dla nich ogromnym autorytetem, mężem zaufania. Próśb asystentki ignorować bowiem nie wolno.

Patrycja chodzi do szkoły od dziecka i nie wyobraża sobie, by było inaczej. Chłonie wiedzę jak gąbka, lubi i chce się uczyć. Wie, że bez tego nie zrealizuje swoich ambitnych, życiowych planów.

– Mam pięcioro rodzeństwa – mówi. – Dwaj bracia są starsi. Ukończyli już szkołę, kształcą się dalej. Siostry przychodzą tutaj razem ze mną.

15-latka przyznaje, że życie romskiej dziewczyny nie należy do beztroskich. Musi sukcesywnie przejmować obowiązki matki. Np. Patrycja, poza szkołą, gotuje, sprząta i opiekuje się siostrami. Kilkuletnie dziś bliźniaczki wychowała od pieluch.

– Musimy jak najlepiej przygotować się do prowadzenia własnego domu – wyjaśnia. – Tradycją jest, że w wieku kilkunastu lat wychodzimy za maż, rodzimy dzieci.

Patrycja, choć upominana przez krewnych, chce ten zwyczaj pominąć. Najpierw zamierza zdobyć solidne wykształcenie, znaleźć pracę, a później poszukać męża.

Romowie nie chcą uczyć się w szkołach publicznych z gadziami, czyli obcymi. Głównie dlatego, że ci obcy wyśmiewają się z ich zwyczajów. Do nich należy choćby noszenie długich spódnic. Dziewczęta nie mogą też zakładać bluzek na ramiączkach, ani rozbierać się w obecności rodziców, czy braci. Na publicznych plażach natomiast muszą kąpać się w ubraniach. To też jest powodem wielu drwin.

– Z szykanami spotykamy się na ulicy, w sklepach – nie ukrywa rozgoryczenia nastolatka.

Ale w romskiej szkole jest inaczej. Uczniowie przyjaźnią się ze sobą i z nauczycielami. A niektóre panie są dla nich kimś więcej, niż tylko pedagogami.

Panie od złotych rad

Patrycja ma swoje ulubione nauczycielki. Dużo im zawdzięcza. To one przekonały dziewczynę, że „nauka nie idzie w las, tylko w was", nauczyły odpowiedzialności i udzieliły wielu złotych rad.

– Nigdy mnie nie zawiodły – mówi dziewczyna.

Nastolatka, by okazać nauczycielkom swoją wdzięczność namalowała ich portrety. Były zaskoczone i zadowolone. Trudno temu się dziwić, Patrycja jest bowiem uzdolniona plastycznie. Ale nie tylko maluje. Pisze też wiersze, fotografuje, robi szkolną gazetkę, a ostatnio zabrała się za kształcenie maluchów z podwórka. Uczy ich śpiewu, tańca, a także literek i podstaw rysunku.

– Chodzi o to, by zagospodarować im wolny czas – przyznaje. – A jak się przy okazji czegoś nauczą, to też będzie dobrze.

Nastolatka lubi czytać książki, najczęściej młodzieżowe opowieści, uwielbia śpiewać i tańczyć. Talent wokalny wyssała z mlekiem matki. Należy do zespołu, który kilka miesięcy temu powstał w szkole. Uwielbia próby i nie może doczekać się publicznych występów.

Pytana, kim czuje się bardziej: Polką czy Romką, odpowiada, że nie ma to dla niej większego znaczenia. Nie można bowiem oceniać ludzi poprzez ich narodowość. Tylko przez pryzmat tego, co robią.

– A ja chcę pomagać innym – przypomina.

Szansa na chleb

Suwalska szkoła romska była wielokrotnie nagradzana. Zwyciężyła m.in. w konkursie na najlepszą inicjatywę obywatelską „Pro Publico Bono", organizowanym pod patronatem Rzecznika Praw Obywatelskich.

Od kilku lat w parafialnej placówce, zarządzanej przez Małgorzatę Osowską, kształcą się nie tylko Romowie, ale też Polacy, którzy nie radzili sobie z różnych powodów w innych placówkach.

– U nas realizują obowiązek szkolny – mówi dyr. Szynkowska. – Od roku prowadzimy też gimnazjum.

Szkoła zawarła również porozumienie z miejscowym Ochotniczym Hufcem Pracy, które umożliwi absolwentom gimnazjum przysposobienie zawodowe.

– W gimnazjum mamy jeszcze kilka wolnych miejsc – zachęca do nauki Szynkowska. – Planujemy przyjąć 20 osób.

Patrycja przyznaje, że dzięki romskiej szkole ma szansę na spełnienie swoich marzeń. Szansę na inne – wierzy, że lepsze – życie.

Historia >> Po latach poznał nazwiska tych, którzy na niego donosili

Chcieli zniszczyć mu życie

O ujawnienie nazwisk donosicieli wystąpił po bardzo długich wahaniach. Dzisiaj już wie, kto wymyślali niestworzone historie na jego temat i kto próbował zniszczyć mu życie. Tylko, co teraz z tą wiedzą zrobić?



autor

Przeglądając swoją teczkę Ryszard Łapiński nie może się nadziwić, jakie informacje zbierała komunistyczna służba bezpieczeństwa i jak wiernych donosicieli miała. Agenci „Kot" oraz „Marian" regularnie przekazywali esbekom informacje na jego temat. Po to, by mu zaszkodzić. Dlaczego to robili? Dla idei? Dla pieniędzy? A może ze strachu. Zapytać ich o to, czy nie zapytać?

Tomasz Kubaszewski
tkubaszewski@wspolczesna.pl

Donosili na mnie nauczyciele suwalskich szkół – opowiada Ryszard Łapiński. – Obu ich kojarzę, choć nigdy nie należeli do bliskiego kręgu moich znajomych. Jedną z tych osób stosunkowo często spotykam w pobliskim sklepie. Zawsze się sobie kłaniamy, czasami chwilę pogawędzimy, pośmiejemy się.

Ryszard Łapiński też przez niemal całe swoje dorosłe życie był nauczycielem. Pracował w dzisiejszym Zespole Szkół Technicznych w Suwałkach. Wychował kilka pokoleń młodych mieszkańców miasta.

Ale w Suwałkach jest znany nie tylko z tego powodu. Już za demokracji zaangażował się w działalność samorządową. Przez dwie kadencje był miejscowym radnym. Należał do grona najaktywniejszych. Współpracował także z „Tygodnikiem Suwalskim".

Za kratki za znaczek

– Za PRL nie należałem do grona jakichś szczególnych opozycjonistów – wspomina. – Owszem, w roku 1980 zapisałem się do Solidarności, ale nie pełniłem tam znaczących funkcji.

Po wprowadzeniu stanu wojennego brał udział w nie do końca legalnych spotkaniach opozycyjnie nastawionego do władzy środowiska nauczycielskiego, utrzymywał bliskie kontakty z czołowymi suwalskimi opozycjonistami. Od czasu do czasu roznosił jakieś ulotki, w swojej piwnicy przechowywał też solidarnościowe archiwum.

Służba Bezpieczeństwa zatrzymała go jednak za coś zupełnie innego. W klapie marynarki miał wpięty zakazany w latach osiemdziesiątych znaczek Solidarności. 48 godzin spędził w milicyjnym areszcie, potem stanął przed kolegium do spraw wykroczeń. To jednak okazało się wyrozumiałe i przyjęło tłumaczenie, że nie zwrócił uwagi, jaką marynarkę zakłada.

– Owszem, esbecy wzywali mnie na tzw. rozmowy ostrzegawcze, grozili wyrzuceniem z pracy, nastawiali przeciwko mnie dyrekcję szkoły – dodaje. – Raz wezwali po tym, jak wróciłem z młodzieżą z wycieczki do NRD. Pytali, na co uczniowie zwracali szczególną uwagę. Odparłem, że na to, że w każdej toalecie wisi tam papier toaletowy i nikt go nie kradnie. „Przestańcie sobie kpić" – wrzeszczał zdenerwowany esbek. Ale na tym się kończyło. Ten trudny okres udało mi się przetrwać bez specjalnego szwanku.

Sfabrykowane historie

Tym, czy w IPN ma jakąś teczkę, czy nie, nigdy specjalnie się nie interesował.

– Każdy człowiek wie przecież, co robił, a czego nie – tłumaczy. – Nie trzeba już tego weryfikować.

To IPN go odnalazł. Zatelefonował któryś z pracowników z pytaniem, czy w swojej pracy naukowej może wykorzystać jakiś fragment z zachowanych akt Łapińskiego.

– Zgodziłem się, a po jakimś czasie wystąpiłem o dostęp do tych materiałów – mówi Łapiński.

SB nadało mu kryptonim „Krytyk". Pewnie dlatego, że podczas różnych dyskusji, choćby w szkole, nie bał się prezentować własnego zdania.

– Ale opinii na temat sytuacji międzynarodowej nigdy nie wypowiadałem – zastrzega.

Tymczasem ze swoich akt dowiedział się, że wieszczył nie tylko rychły upadek Związku Radzieckiego i chwalił politykę Ronalda Reagana, ale dzielił się też swoimi poglądami na temat tego, co dzieje się na Bliskim Wschodzie, a wystąpienia Michaiła Gorbaczowa przyrównywał do tego sprzed wielu, jakie wygłosił Nikita Chruszczow.

– To są sfabrykowane historie – kwituje. – Podobnie, jak opis dotyczący znalezienia w moim mieszkaniu egzemplarza pisma wydanego poza cenzurą. Z jednego egzemplarza zrobiły się nagle trzy. Wmieszano w to też osoby nie mające z tym nic wspólnego. Do tworzonych przez SB dokumentów trzeba więc mieć duży dystans.

Ale w teczce „Krytyka" opisane są też prawdziwe zdarzenia. Takie na przykład, że Łapiński uczestniczył w uroczystościach związanych z pożegnaniem obrazu Matki Boskiej. Albo – że wziął udział w mszy w intencji powrotu krzyża na ścianę miejscowego liceum ogólnokształcącego i w dodatku – dosiadł się do niego znany suwalski opozycjonista. Jest też kilkanaście notatek dotyczących jego reakcji po katastrofie elektrowni jądrowej w Czarnobylu. Ryszard Łapiński miał wówczas powody do nerwów. Nikt nic nie wiedział, władze bagatelizowały zagrożenie, zaś w szkole jego synowi podano mający zapobiegać skutkom promieniowania płyn Lugola, od którego bardzo źle się poczuł i wylądował w szpitalu. Niemal wszystkie, krytyczne dla komunistycznej władzy opinie, wygłaszane przez suwalskiej nauczyciela, znalazły się w jego aktach.

– Z dzisiejszej perspektywy wydaje się, że to, za przeproszeniem, pierdoły – podsumowuje Łapiński. – Wtedy jednak mogły zniszczyć życie. Parokrotnie natrafiłem w swoich aktach na wnioski, by wyrzucić mnie z pracy w szkole z wilczym biletem.

W sprawie „Krytyka" esbecy wytworzyli w sumie ponad 100 stron akt. Opisywali tam też życie prywatne inwigilowanego. Np. to, gdzie i kiedy wybiera się na wakacje, że udało mu się kupić haki podtrzymujące rynnę, jak i gdzie lato zamierza spędzić jego żona.

Trzeba być kanalią

Poszczególne notatki pisali esbecy. Ale powoływali się przy tym na informacje przekazywane przez dwóch tajnych współpracowników. Jeden z nich miał pseudonim „Kot", drugi „Marian" oraz „Marcin".

– Trzeba być prawdziwą kanalią, żeby przez tak długi czas na kogoś donosić – zauważa Łapiński.

Nad tym, czy występować o ujawnienie personaliów donosicieli zastanawiał się przez dłuższy czas. Bo jeśli mieliby się to okazać przyjaciele, albo członkowie rodziny, może lepiej byłoby nie wiedzieć? W końcu złożył jednak w IPN odpowiedni wniosek. Niedawno nadeszła odpowiedź. – Byłem zdziwiony – mówi. – Bo z tymi ludźmi rzadko się stykałem. Jeden pracował w tej samej szkole, co ja, drugi – w zupełnie innej. Przypuszczam zresztą, że przekazywali informacje, które od kogoś zasłyszeli.

I „Kot", i „Marian" są już na emeryturach. Jeden mieszka poza Suwałkami.

Co teraz z tym wszystkim zrobić? Spotkać się, powiedzieć, że się wie, poinformować otoczenie tych ludzi? – Nie, chyba się na to nie zdecyduję – mówi Łapiński.

A co stanie się, jak natkną się gdzieś na siebie? Np. przy osiedlowym sklepie. Udawać, że nic się nie stało, podać rękę i jeszcze pożartować? – Nie wiem, jak się wtedy zachowam, ale jakoś zareagować przecież powinienem.

Pasje >> Współcześni Bałtowie, Wikingowie i Słowianie...

Żyją jak w czasach Mieszka I





Fot. GOKSiR w Mielniku

Na górze: Maryo (Mariusz Wendołowicz) , kapłan wojowników Winlandu. Z prawej: Świtowoj (Mariusz Konieczny), wódz i założyciel słowiańskiej drużyny Trzaskawica.

Szczęk żelaza, dym palonych ognisk oraz wojenne pieśni i okrzyki – tak wyglądał zlot Słowian, Bałtów i Wikingów w podlaskim Mielniku. Co skłania dorosłych ludzi do przebierania się za wojów sprzed tysiąca lat?

Andrzej Zdanowicz
azdanowicz@wspolczesna.pl

Historia tych plemion to także historia naszego regionu – tłumaczy Andrzej Głębicki z Drohiczyna, organizator VIII Zjazdu Wojowników Słowian, Bałtów i Wikingów, który w ubiegły weekend odbył się w podlaskim Mielniku nad Bugiem.

Pan Andrzej (na zdjęciu na pierwszej stronie Magazynu) sam także jest rekonstruktorem. Prowadzi karczmę, której sama nazwa – „Stara Baśń" – sugeruje jej historyczny charakter, ale też w ramach grupy rekonstrukcyjnej Perkunas odtwarza życie Słowian z czasów Mieszka I. Prowadzony przez niego Svęt Perk organizuje rekonstrukcje wszystkich epok, od starożytności po czasy współczesne. Głębicki jednak pasjonuje się głównie średniowieczem.

Trzeba mieć serce do miecza

Dlaczego upodobał sobie tak odległą epokę? – Serce nie sługa, jeśli kogoś interesują miecze i ogniska, to nie ma rady, nawet jeśli może, nie zamieni ich na karabin – kwituje Głębicki.

– Uważamy tamtych ludzi za mniej inteligentnych, bo nie mieli telefonów komórkowych, ale nie myślimy o tym, że nie mając technologii potrafili przeżyć – dodaje Mariusz Konieczny – Świtowoj, wódz i założyciel Podlaskiego Stowarzyszenia Rekonstrukcji Historycznych „Trzaskawica" z Białegostoku. – Wiele osób nie poradziłoby sobie w tych warunkach.

Rekonstruktorzy próbują wiernie odtworzyć warunki, w jakich żyli dawni mieszkańcy tych ziem.

– Rekonstrukcja to ciągłe odkrywanie, jak to mogło być... – mówi Konieczny – Śledzimy odkrycia archeologiczne. I staramy się robić wszystko tak, jak było kiedyś.

Nawet podczas wypalania dziegciu Świtowoj rozpala ognisko krzesiwem, ubrania robi z lnu lub wełny oraz używa takich naczyń, jakie stosowano przed wiekami. Stara się też sam wyrabiać swe stroje i uzbrojenie.

– Staramy się, żeby nie był to teatr, tylko rekonstrukcja – tłumaczy.

Broń, której rekonstruktorzy używają podczas pokazów i walk jest prawdziwa. Miecze nie są ostre, choć wykonane z prawdziwej stali. Uderzenie może jednak zrobić drugiej osobie krzywdę.

– Dlatego bardzo ważne są treningi – wyjaśniają wojownicy. – Najniebezpieczniej walczy się z kimś, kto nie potrafi umiejętnie zadać ciosu.

Pan Mariusz historią zajmuje się na co dzień. Jest nauczycielem historii w szkole specjalnej. Swoją pasję wykorzystuje w pracy. – Często pokazuję dzieciom swoje wyposażenie lub zapraszam na lekcje znajomych rekonstruktorów innych epok – opowiada.

Jego pasję wspiera także rodzina. Podczas minionego weekendu Świtowojowi towarzyszyła jego córeczka Michalina. Również w słowiańskim stroju, a jakże by inaczej!

Michalina nie była zresztą wyjątkiem, bo w zjeździe uczestniczyło mnóstwo dzieci ubranych w historyczne stroje. Wśród rekonstruktorów nie brakuje małżeństw, które połączyła wspólna pasja.

Przy ognisku łatwo się zakochać

– Klimat zjazdów, piękne krajobrazy, wieczorne biesiadowanie przy ogniskach tworzą niepowtarzalną, romantyczną atmosferę – mówi z uśmiechem Milena Wendołowicz, łuczniczka z Bractwa Historycznego Winland w Białymstoku. – Trudno jej się oprzeć, dlatego często członkowie tej samej lub różnych drużyn łączą się w pary.

Mąż Mileny, Maryo Mariusz Wendołowicz, również należy do Winlandu.

– Zresztą to właśnie on mnie wciągnął do Winlandu – wspomina Milena. – Na początku wydawało mi się to wręcz zabawne. Bawiło mnie, że dorośli ludzie przebierają się w ciuszki i się bawią jak małe dzieci. Ale później poznałam ich bliżej, dowiedziałam się, że na co dzień mają odpowiedzialną pracę, a rekonstrukcje są dla nich odskocznią od szarej rzeczywistości. Początkowo nie byłam chętna, ale z czasem coraz bardziej zaprzyjaźniałam się z drużyną i zaczęło mi się to podobać. Nie chciałam być kobietą, która podaje jedynie mięso i napoje, więc mąż nauczył mnie łucznictwa.

Zanim jednak Milena została łuczniczką, jako nowy członek Winlandu, musiała przejść etap niewolnictwa.

– Przed uwolnieniem zaś musiałam zasłużyć się dla drużyny, wziąć udział w kilku imprezach rekonstrukcyjnych, napisałam nawet pracę o praktykach medycznych wikingów, a na koniec uczestniczyłam w turnieju łuczniczym – wspomina. – W końcu zostałam przyjęta.

Jej mąż, Maryo, w Winlandzie jest już 5 lat. Początkowo też nie był przekonany do udziału w rekonstrukcjach.

– Zachęcał mnie do tego mój przyjaciel, z którym gram w zespole metalowym In Extremis, ale jakoś mi to nie pasowało – wspomina. – Parę lat później dwóch znajomych, m.in. świętej pamięci Olaf Wesoły, czyli Wojciech Świdziniewski, poprosili mnie, bym pomógł zorganizować imprezę rekonstrukcyjną. Jako że moi rodzice byli trenerami łucznictwa, miałem przygotować turniej łuczniczy. Akurat wróciłem z pracy za granicą i nie miałem co robić, więc się zgodziłem. Podczas tygodniowej imprezy wsiąkłem w ten klimat. Co noc spałem w innym miejscu. Jednej noc miałem fantazję i obudziłem się w wieży zamkowej. Poczułem się jakbym rzeczywiście żył w czasach wczesnego średniowiecza.

Wtedy postanowił przystać do drużyny.

– W uzasadnieniu napisałem, że podobają mi się chłopaki – wspomina z uśmiechem. – Nie obyło się bez śmiechów, ale zostałem przyjęty do drużyny jako niewolnik. Zgodnie z zasadami bowiem każdy po zgłoszeniu się zostaje kandydatem na kandydata. A zanim zostanie uwolniony, musi się wykazać i skompletować swój podstawowy strój. Może to trwać kilka miesięcy lub nawet lat. Uwolnienia dokonuje się podczas święta przesilenia.

Wyjątkową uroczystością był też ślub Mariusza i Mileny. – Zanim poszliśmy do cerkwi, wzięliśmy ślub w grodzie słowiańskim – wspomina Maryo. – Udzielił

Rozmowa > z Małgorzatą Waluszewską, autorką MetaDiety

Czy wiesz, co jesz?

– Nasz organizm jest fantastycznie skonstruowaną kliniką. Całą dobę, z wyjątkiem momentów przeznaczonych na trawienie, zachodzą w nas mechanizmy samonaprawcze. Tymczasem my stale coś jemy... – mówi Małgorzata Waluszewska w rozmowie z Ewą Bilicką.

go nam wspomniany już Olaf. Było to niezapomniane przeżycie, średniowieczna sceneria, wianki, znajomi w historycznych strojach, stare obrzędy...

Dziś Maryo sam pełni rolę kapłana w drużynie i sam udziela ślubów. Oczywiście według średniowiecznych rytuałów!

Zamiast patrzeć w telewizor...

Maryo i Milena nie wyobrażają już sobie innego stylu życia. – Rekonstrukcje to bardzo dobra forma spędzania czasu wolnego. To także sposób na zwiedzenie Polski i świata za tak naprawdę niewielkie pieniądze – tłumaczy Milena. – Kiedy jest zima, to zamiast siedzieć i patrzeć w telewizor, wyszywamy sobie stroje i przygotowujemy wyposażenie na kolejny sezon.

W strojach i uzbrojeniu rekonstruktorów wszystko ma znaczenie. Inną broń i stroje mają Wikingowie, inną – Słowianie, a jeszcze inną – Bałtowie.

Przykładowo Andrzej Głębicki, odtwarzający życie Słowian sprzed tysiąca lat, nosi ubiór typowo ruski (można go zobaczyć na 1 stronie Magazynu „GW").

– Ruskie są też moje wysokie kozaki, jedynie pasek ma skandynawskie ozdoby – przyznaje Głębicki.

Podczas weekendowego zlotu towarzyszyła mu żona Bernadeta wraz z córeczką Dobrosławą. Obie oczywiście ubrane były w stroje z epoki. Aż skóra cierpła, kiedy dmuchały – ile pary płucach – w słowiańskie rogi. Takie same jak te, które niegdyś wzywały wojów do boju. Bernadeta dała także popis jazdy konnej.

To nasza historia

Głębicki o strojach ludzi z różnych epok zdaje się wiedzieć wszystko.

– Kobiety z plemion skandynawskich nosiły różnego rodzaju fartuchy, zapinane na żółwiowe spinki, Słowianki nosiły skromniejsze suknie, a u Bałtów stroje są najprostsze – wylicza Głębicki. – Różnice występują także w biżuterii. W zdobieniach słowiańskich dominują motywy roślinne, u wikingów – zwierzęce. Oczywiście wiele elementów jest wspólnych, bo przecież plemiona te funkcjonowały obok siebie. Walczyły i handlowały ze sobą.

Wikingowie na przykład często korzystali ze słowiańskich łodzi, gdy rzekami zapuszczali się w głąb lądu. W Mielniku można było zobaczyć ich rekonstrukcję.

– Archeolodzy natknęli się w Polsce na ślady osad wikingów, być może pływali oni także po Bugu – mówi Głębicki. – Widocznie wikingowie osiedlali się tu jako najemnicy. Zresztą to Słowianie i Bałtowie częściej najeżdżali wikingów. To my byliśmy tymi największymi rozbójnikami, których wszyscy się bali. Skandynawowie z kolei najeżdżali kraje zachodnie.

Bałtowie to plemiona Jaćwingów, Litwinów, Prusów, Łotyszy. Zamieszkiwali oni południowo-wschodnie wybrzeża Morza Bałtyckiego. Plemiona Słowian zajmowały natomiast tereny w głąb kontynentu – środkową i południową Polskę, Ukrainę, Rosję.

– Bałtowie często atakowali narody słowiańskie – mówi Głębicki. – Z Prusami rozprawili się dopiero Krzyżacy. Jaćwingów w XI-XII w. pod Brańskiem pokonał Bolesław Wstydliwy. A walki między Królestwem a Litwinami zakończyła koronacja Jagiełły.

Nasze tereny były niezwykle istotne, bo właśnie tu przebiegały szlaki handlowe.

– Dawniej to ziemie polskie były sercem Europy – mówi Głębicki. – To tu odbywała się wymiana handlowa i kulturowa. Dzięki temu Mieszko I mógł podarować niemieckiemu cesarzowi... wielbłąda. ▲

▲ **Jest pani już po tuptaniu?**

– Tak, właśnie wróciłam z lasu.

▲ **I zbierała pani runo leśne na obiad?**

– Dziś nie, skupiłam się na tuptaniu. Ono pojawiło się w moim życiu – zgodnie z filozofią kaizen, a więc filozofią małych kroczków, coś między marszem a biegiem. W naszym życiu, zwykle pod wpływem przeczytanych informacji lub przeżytych zdarzeń, wszyscy co jakiś czas wprowadzamy zmiany. Wychodząc rano na spacer z moim labradorem, uprawiałam nordic walking. Pewnego dnia wyprzedził mnie truchtem starszy pan, zaimponował mi i postanowiłam wziąć z niego przykład. Ku zaskoczeniu i chyba niezadowoleniu mojego leniwego labka zamieniłam wtedy marsz na tuptanie.

▲ **Jeszcze 10 lat temu była pani otyłą i schorowaną kobietą, a lekarze proponowali jako metodę leczenia pigułki i operacje... Teraz widzę młodą, radosną dziewczynę. Czy do zmiany sposobu żywienia i do stworzenia własnej słynnej już MetaDiety też dochodziła pani drobnymi kroczkami?**

– Decydująca była dla mnie książka „Biegnąca z wilkami" Clarissy Pinkoli Estes, która uświadomiła mi, jak bardzo współczesna cywilizacja stłumiła kobiece instynkty. Jesteśmy permanentnie oślepiane obrazem i ogłuszane hałasem cywilizacji. Przez to nie wyczuwamy naszych prawdziwych potrzeb, a nawet zagrożeń. Mnie osobiście to joga pomogła wsłuchać się w moje potrzeby. Do zmian, jakie rozpoczęłam 10 lat temu, zbliżała mnie też każda kolejna choroba i związany z nią ból. Również astma i zagrożenie cukrzycą. Dziś wydaje się, że zastosowane zmiany żywieniowe spowodowały wyczyszczenie organizmu z zalegającego śluzu i cofnięcie się chorób.

▲ **Czym jest MetaDieta, jak ją określić prostymi słowami, bez sięgania do filozofii?**

– Spłycając ideę, jest dietą umiaru i przeżuwania. Jemy to, po czym czujemy się dobrze. Prosty przykład: nie jem serów, bo po nich mam zgagę.

▲ **W książce i na swoim blogu proponuje pani wręcz ortodoksyjne zmiany w diecie. Mówi pani: jedz tylko to, co rozpoznałaby twoja babcia czy prababcia. To budzi mój sprzeciw. Przecież nasi przodkowie żyli w innych, mocno kryzysowych czasach, nie znali na przykład kuchni molekularnej albo wschodniej. Mówi pani też: nasi dziadkowie nie jedli jogurtów. Ale pijali przecież kwaśne mleko...**

– Nie uważam kuchni molekularnej za ważną. Jadam prosto – kasze, orzechy, warzywa, czasem rybę, mięso. Moja teściowa lubi słoninę z cebulką na chlebie – czego ja nie jadam. Ale w jakimś sensie mama również stosuje zasady MetaDiety. Od kiedy pamiętam, jada miniporcje na spodku od filiżanki. Posila się – nie najada! W słowie „posilić się" jest ukryta pozytywna informacja: nabrać sił. W określeniu „najeść się" nie ma nic ciekawego. Od święta można oczywiście zjeść więcej, podobnie jak dawniej od święta wkładało się lakierki. Inna sprawa – 30 lat temu jadaliśmy produkty nieprzetworzone, dziś nazywano by je bio, nawet ową babcinią słoninę. Posiłki spożywało się w innym rytmie – pięć razy dziennie, pierwsze, drugie śniadanie, obiad o piętnastej, podwieczorek i skromna kolacja, jadana nie w nocy, lecz o zmierzchu. Co do jogurtu – z dzieciństwa go nie pamiętam... Przywędrował do nas z Bałkanów, a tam jedzony jest dla ochłody i w towarzystwie ciężkostrawnej baraniny. Kwaśne mleko zawsze pijało się na północy, z tej samej przyczyny, latem.

▲ **Radzi pani, by cały nabiał odrzucić. A to przecież żywność z tradycjami.**

– Tradycyjnie też chorujemy... Moja znajoma z kaszubskiej wsi wspomina, że ser żółty jadało się kiedyś tylko w piątki, domowy twaróg w małych ilościach na co dzień. Nie wszyscy jednak prawidłowo metabolizujemy nabiał. Można to sprawdzić, robiąc łatwe i dostępne w aptekach testy DNA ze śliny. Dziś nabiał stanowi w wielu domach podstawę jadłospisu. Widać w sklepach, jak przybywa regałów z jogurtami i wszelkiego rodzaju mlecznymi deserami. Alergolodzy alarmują, że to nabiał jest jedną z głównych przyczyn uczuleń. Naturalnie to, że odstawiłam całkowicie przetwory mleczne, jest moją osobistą sprawą. Choć pamiętam, że dawniej każdy głód gasiłam kawałkiem sera żółtego. Miewałam potem często sensacje żołądkowo-jelitowe, jednak nie łączyłam nigdy tego faktu z jedzeniem produktów mlecznych...

▲ **Jak wpadła pani na pomysł wyeliminowania nabiału z diety?**

– Mark Bittman, amerykański bloger i recenzent kulinarny NYT, namówił swych przyjaciół do eksperymentu: nie jedzcie przez miesiąc nabiału. U większości z nich zniknęła zgaga, poprawił się sen, nie wrócili ponownie do starej diety. To mnie zainspirowało. Jestem zwolennikiem teorii, która mówi, że spożywanie nabiału wyziębia i zakwasza organizm, tworzy śluz, a ten jest powodem alergii, zapalenia oskrzeli, angin i astmy. Te dolegliwości były permanentną częścią mojego życia. Dziś nie tylko nie mam astmy, ale też cofnęłam procesy cukrzycowe. Tuptam nawet po śniegu i pływam w zimnych morzach. Dawniej obudziłabym się następnego ranka z wysoką gorączką.

▲ **Co do wieku – na blogu pisze pani, że już trzykrotnie wschodni mędrcy przepowiedzieli, iż żyć będzie pani 80 lat. Czy po zmianie diety te przepowiednie też się zmieniły?**

– Nie wiem, dowiem się dopiero podczas następnej wyprawy do Azji. Lecę jesienią do Japonii. Na wyspie Okinawa żyje wciąż społeczność przekraczająca setkę, chcę im się przyjrzeć. Choć to nie przedłużenie życia ani też zrzucenie kilogramów z wagi jest celem MetaDiety. Rdzeniem jej jest wyzdrowienie lub choćby cofnięcie części objawów choroby. Uwolnienie się od bólu, witalność i dobry sen.



Gosia Waluszewska jest autorką książki „MetaDieta – mikrokroki do makrozmian", nauczycielem jogi Sivananda, byłą wyczynową pływaczką, podróżniczką.

Decyzja o zmianie stylu życia zapada często dopiero, gdy leży się na bloku operacyjnym. Kiedy jest się samemu ze swoim strachem.

▲ **Organizm zaczął właściwiej funkcjonować?**

– Nasz organizm jest fantastycznie skonstruowaną kliniką. Mamy własnych wewnętrznych chirurgów i lekarzy plus bakterie i antywirusy. Całą dobę z wyjątkiem momentów przeznaczonych na trawienie zachodzą w nas mechanizmy samonaprawcze. Tymczasem my stale coś jemy, chrupiemy, często w nocy... W ten sposób organizm nie ma szans na odbudowanie strat.

▲ **Jak więc jeść?**

– Posilać się, długo przeżuwać i jeść na małych talerzykach. W taki sposób utrzymamy stabilny poziom cukru i unikniemy za 2 godziny napadu wilczego głodu. Jedząc plastikową żywność, w pośpiechu, zjadamy puste kalorie. Organizm domagać się będzie witamin i minerałów. Jesteśmy genetycznie zaprogramowani na okresy głodu, które dziś nie nadchodzą. Jednocześnie trzymamy w lodówce „mamuta" i to z długim terminem ważności.

▲ **Zajadamy też stresy.**

– Dlatego w książce i na blogu proponuję sposoby na przetrwanie „stresogłoda". Na przykład bakalie w kieszeni, głęboki oddech, jogę, tuptanie, medytację. Byle nie żywność przetworzoną pełną soli i syropu z fruktozy.

▲ **Na dodatek z konserwantami.**

– To kolejna plaga: z jednej strony nasza świadomość konsumencka rośnie, z drugiej – sprzedaż w fast foodach wcale nie spada.

▲ **Bo mamy coraz mniej czasu – jemy w drodze do pracy, kupujemy gnając z pracy do domu, żeby szybko coś odgrzać w domu... Nie ma czasu na szykowanie domowego pieczywa czy budyniu. Z tego kręgu życia w pośpiechu nie można się wyrwać.**

– Ów krąg prędzej czy później sam się przerwie w momencie choroby, tak było w moim wypadku. Decyzja o zmianie stylu życia zapada często dopiero, gdy leży się na bloku operacyjnym. Kiedy jest się samemu ze swoim strachem, nawet jeśli wokół otacza nas liczna rodzina. Tak było w moim przypadku.

▲ **A jeśli ktoś nie chce z tą decyzją czekać do tak dramatycznego momentu, to co ma zrobić?**

– Małymi kroczkami wprowadzać zmiany: ziarna i kasze zamiast chleba, woda zamiast soków z kartonów, 1/3 mięsa bez sosów, 2/3 warzyw – najlepiej domowych surówek, 1 mała porcja nabiału dziennie, owoce rano na czczo, zamiast słodyczy – bakalie. Aktywność fizyczna. Moje śniadanie to kasza jaglana z bakaliami i sezonowymi owocami, polana olejem arganowym. Zaproponuję pani ekspresową surówkę: utrzeć umytą cukinię ze skórą, do tego sos z oliwy, octu balsamicznego, soku z pomarańczy, świeżo zmielonego pieprzu. Dodać uprażone nasiona sezamu i słonecznika. Zdrowe, proste i smaczne. ▲

Wspomnienie >> Kayah w dzieciństwie wakacje spędzała w Białymstoku

Kasiu, co sąsiedzi powiedzą?

– W Białymstoku łaziłam po drzewach i rozrywałam sukienki – wspomina znana wokalistka Kayah. Dzieciństwo spędziła u dziadków na białostockich Bojarach. Opowiada o tym w książce „Cudowne lata", której fragment publikujemy.

Czasem można gdzieś przeczytać, że urodziłam się w Białymstoku. Nieprawda, jestem warszawianką. Ale Białystok rzeczywiście był w moim życiu miejscem niezwykle ważnym. Dlatego dzielę swoje dzieciństwo na okres białostocki i warszawski. To dwie różne historie. Tylko że po warszawskiej więcej zostało. A Białystok przeszedł tak duże przeobrażenia, że po miejscach, które pamiętam z przeszłości, nie ma śladu. Mimo to, kiedy tam jestem, potrafię jeszcze coś dla siebie znaleźć. Coś, co mnie nieoczekiwanie wzruszy. Nawet stara płyta chodnikowa ma dla mnie wartość sentymentalną. Tylko jak zrobić zdjęcie starej płycie?

Białostockie Bojary

Mama zawoziła mnie do Białegostoku, do domu swoich rodziców, jak tylko robiło się cieplej. Spędzałam tam całe wakacje. Dziadkowie mieszkali na Okopowej, przy dzielnicy Bojary. Tamta okolica miała swój urok. Piękne stare drewniane domy, ale też widoczna bieda, która nadawała miejscu koloryt. Pamiętam te drewniane „koronki" u wejścia przy belkach sufitowych. Prawdziwy Wschód. Jak widzę gdzieś podobne domy, serce mi zaczyna mocniej bić.

Dom, w którym mieszkali moi dziadkowie, podzielony był na trzy mieszkania. Na drzwiach dziadków wisiały jeszcze tabliczki z nazwiskami pradziadków. Dla mnie to było magiczne miejsce, przesiąknięte przeszłością. Pamiętam też, że dziadek miał kosa. To znaczy kos żył na wolności, ale dziadek wychodził rano przed dom i gwizdał, a kos mu odgwizdywał. Przyjaźnili się przez wiele lat. Mieli swoje melodyjki.

Dom przy Bojarach zrównano z ziemią w latach osiemdziesiątych, a dziadków – jak wiele innych rodzin – przesiedlono do bloku.

Zakazana furtka

Do mieszkania dziadków wchodziło się po schodkach. Obok nich znajdował się płotek, a za nim przepiękny ogródek mojej babci. Na płotku stała drewniana kratka, taka, po której pną się rośliny. Ta akurat była pusta, była tam dlatego, żeby sąsiadka oduczyła się przykrego zwyczaju wylewania pomyj na babciny ogródek. Potrafiłam się przez tę kratkę przecisnąć. Nauczyłam się tej trudnej sztuki, żeby nie obchodzić ogródka, bo wtedy musiałabym minąć psa. Rudego ze skośnymi oczami, którego się bałam. Za Rudym była furtka na łąkę, gdzie opalała się moja ciocia, siostra mojej mamy. Na masło. Dla skóry musiało to być piekielnie niezdrowe, ale za to bardzo skuteczne. Ciocia rzeczywiście wyglądała jak Mulatka.

Więc na tę łąkę nam, dzieciom, nie wolno było chodzić. Furtka wyznaczała nieprzekraczalną granicę. Tylko że mnie tam strasznie ciągnęło. Dlaczego? Bo stało tam szczególne dla mnie drzewo. Brzoza. Czułam z nią niezwykłą więź. Bardzo chciałam jej dotknąć. Tylko ta furtka. Dorośli nie pozwolili jej otwierać, bo na łące były doły na śmieci. Kiedy się napełniły, zakopywało się je i robiło nowe. Były to głównie odpadki organiczne, które butwiały, i dzieciaki mogły do nich wpaść i się utopić. Babcia nie martwiła się o mnie – wiedziała, że boję się Rudego i koło niego nie przejdę. Ale nie miała pojęcia, że potrafię przechodzić przez kratkę. Próbowałam tę swoją tajną drogę powolutku. Codziennie robiłam jeden krok dalej. Aż doszłam do furtki, a potem za nią. Po łące stąpałam ostrożnie jak saper po polu minowym. I w końcu dotarłam do brzozy. Dotknęłam jej pnia i przeżyłam coś absolutnie niezwykłego. Parafrazując film „Rejs", była to prawdziwa ekstaza nerwowa.

Parę lat temu wspomniałam o tym mojej mamie. Powiedziała, że to bardzo ciekawe, bo pod tym drzewem było cmentarzysko wszystkich zwierząt należących do jej rodziny. Ja kocham zwierzęta, mam koty, papugi. Pamiętam nawet czas, że kochałam je bardziej od ludzi. Wierzę, że to moje dobre duchy.

Pan Albin

Był w Białymstoku legendą. Miejscową atrakcją. Straszyło się nim dzieci. Pan Albin chodził w rudej peruce ściętej na Iwana Groźnego i jeździł furmanką. Podobno przeżył dramat rodzinny i od tego zwariował. Tak czy inaczej, był chyba bardzo majętny, bo miał wielkie sady, z których często kradliśmy jabłka.

Kiedyś nas nakrył i zaczął gonić. Złapał mnie. Inne dzieci uciekły, byłam naprawdę przerażona. A on bardzo łagodnie powiedział, żebym nie kradła, tylko za każdym razem, kiedy będę miała ochotę, mam przyjść i poprosić, a da mi tyle jabłek, ile tylko będę chciała.

Nauka na całe życie. Zrozumiałam, że rzeczy często nie są takie, jakimi się wydają. I że to, co ludzie mówią, nie zawsze jest prawdą. Miałam wtedy jakieś pięć, sześć lat.

Dziadkowie warszawscy

Zupełnie inni niż ci z Białegostoku. Rodzice mojego ojca. Tamta rodzina to był hałas, harmider, pełno wszystkiego, wszyscy na kupie. A mieszkanie dziadków warszawskich to chłód, dystynkcja i elegancja. Dziadek prominent, babcia elegantka chodząca regularnie do kosmetyczki. Wielu rzeczy w ich mieszkaniu nie wolno było dotykać. Miśnieńskiej porcelany, jajek Fabergé.

Z dziadkami mieszkałam w pierwszej i drugiej klasie szkoły podstawowej. Tata był wtedy za granicą, a mama zaczęła studiować wieczorowo, po pracy. Widywałyśmy się głównie w weekendy, bo w tygodniu wracała do domu po dwudziestej pierwszej i nie chciała, żebym od małego biegała z kluczem na szyi. To było wybranie mniejszego zła. Babcia miała staromodne metody wychowawcze. Wymyśliła na przykład, że będę prowadzić drugi komplet zeszytów. Kiedy wracałam ze szkoły, musiałam przepisywać wszystko na czysto. Takie zeszyty na pokaz.

Miałam piękne włosy prawie do kolan, ale żebym przez ich czesanie nie spóźniała się do szkoły, zostałam obcięta prawie na garnet. Koszmar.

W Białymstoku łaziłam po drzewach, rozrywając sukienki, a tu? Słyszałam: „Kasiu, ubierz no się porządnie, co sąsiedzi powiedzą?" (...)

Wysłuchała: Zofia Fabjanowska-Micyk



mwmedia

Kayah naprawdę nazywa się Katarzyna Szczot. Urodziła się w Warszawie, ale dzieciństwo spędziła u dziadków w Białymstoku. Dziś jest znaną piosenkarką, autorką tekstów i producentką muzyczną.



W książce „Cudowne lata", która została wydana przez „Zwierciadło", o swoim dzieciństwie opowiadają m.in. Jan Frycz, Borys Szyc, Wojciech Mann, Joanna Szczepkowska, Stanisław Sojka, Wojciech Fibak, Krystyna Tkacz i Muniek Staszczyk.

Społeczeństwo >> Mimo, że jest bezdomny, potrafi o siebie zadbać

Krzysztof trzyma fason

Gdy dostał spadek, żył jak król i zwiedzał Europę, ale tylko przez trzy miesiące. Później pieniądze się skończyły, a on wylądował na ulicy.



Fot. Sławomir Mielnik

Krzysztof: – To, że ktoś jest bezdomny, nie znaczy, że musi wyglądać jak lump.

Mirela Mazurkiewicz
mirela.mazurkiewicz@mediaregionalne.pl

Latem mieszkał pod chmurką i bardzo sobie chwalił. Gdy przyszły mrozy, przeniósł się do schroniska dla bezdomnych, żeby nie skończyć jak niektórzy jego koledzy, co poszli spać i już więcej się nie obudzili. Pomieszkał tam kilkanaście miesięcy i znowu ruszył w świat szukać szczęścia.

– Sam o siebie lepiej zadbam. Oni nam tam na kolację makaron ze smalcem dawali. Wyobraża sobie pani? Przecież po czymś takim to w nocy spać się nie da – skarży się.

Trzyma się z daleka od bezdomnych

Krzysztof wyznaje zasadę, że im dalej od innych bezdomnych, tym lepiej. Dlatego swój nowy dom zrobił sobie z dala od centrum Opola, w pobliżu klasztoru.

– Wkoło mam wysoki żywopłot, to i nikt mnie tu nie nachodzi. Przy pojemnikach na ubrania znalazłem kołdrę, więc spanie mam jak ta lala. Kołdra czyściutka była, prawie jak ze sklepu. Brudnej bym nie wziął – zapowiada.

Krzysztof ma ponad 60 lat, z czego ponad 20 spędził na ulicy. Mówi, że kiedyś nawet chciał się związać z jakąś kobietą, ale teraz już nie chce i kropka.

– Bo z babami to same problemy – kwituje.

Tak naprawdę on już stracił nadzieję na to, że uda mu się znaleźć drugą połówkę. – Kiedyś chciałem mieć swój dom, znaleźć sobie jakąś babeczkę... Nie musiałaby być piękna, wystarczyłoby, żeby mnie po mordzie nie lała.

W życiu mu trochę nie wyszło. – Ale jak widzę, że siedzi na ławce biedniejszy ode mnie, to dam mu swoje pół bułki, niech ma. Chociaż ja zwykle na tym jak Zabłocki na mydle wychodzę – wzdycha.

Krzysztof trzyma fason. Dzień zaczyna od kąpieli. W stawku Barlickiego albo jakiejś innej fontannie. – Trochę się ochlapię i od razu humor mi się poprawia. Na większe luksusy nie mam co liczyć, ale radzę sobie jak mogę. Maszynkę elektryczną mam to i ogolę się codziennie w jakimś urzędzie. Urzędnicy, jak widzą, że bezdomny jest trzeźwy, porządek w łazience po sobie zostawia, to oko na mnie przymykają. Raz na kilka tygodni, jak uda mu się odłożyć parę groszy, idzie do fryzjera. Przecież nie będzie chodził zarośnięty jak goryl.

Dwa lata temu mieszkał z kompanem nad jedną z opolskich kamionek, mieli namiot i mówili, że jest im tu jak u Pana Boga za piecem. Dzisiaj kolegi już nie ma.

– Marek denaturatem na śmierć się zapił, choć nawet czterdziestki jeszcze nie miał. Kumpel umarł, namiot się stracił, dlatego nie mam tam po co wracać.

Teraz od towarzystwa innych bezdomnych woli się trzymać z daleka, bo mówi, że z tego to tylko same kłopoty są. – No na przykład ten Marek, co to ze mną na kamionce mieszkał. Dobry chłopak był, ale jak wypił, to się z niego robił wariat i zaczepiał kobiety. Któregoś razu wszedł w drogę komu nie trzeba, wpadło do nas na kamionkę trzech byczków i spuścili mu takie omłoty, że wyglądał jak ruski blin, a na pysku to miał wszystkie kolory tęczy. Tylko czekałem, kiedy i mnie spiorą na kwaśne jabłko. Dlatego nie ma co ryzykować.

Czeka na wystawki przy marketach

Krzysztof chce być na bieżąco z tym, co się w świecie dzieje, dlatego kiedy znajdzie w parku gazetę, to czyta ją od deski do deski.

– Ostatnio trafiłem na taką kolorową, ale w niej to tylko piszą kto się z kim puścił albo gdzie jaki bogacz był na wakacjach – opowiada. – To nie moja bajka, bardziej mnie polityka interesuje, dlatego czasami idę się pokręcić koło taksówkarzy. Oni, czekając na klientów, radia słuchają, to i ja przez otwarte drzwi co nieco podsłucham. Może w końcu będą w kraju jakieś zmiany, to i nam, bezdomnym, będzie lepiej.

Krzysztof żebrać o pieniądze nie lubi, dlatego zwykle prosi o jedzenie. Ale jak ktoś się zlituje i da mu z własnej woli, to nie pogardzi. – Alkoholu nie ruszam, ale jak dostaję parę groszy, to zaraz po papierosy lecę. Jedzenie zawsze jakieś znajdę, zdziwiłaby się pani, jakie ludzie rzeczy do śmietnika wyrzucają, ale o peta to coraz trudniej. Ludzie do samego filtra wypalają. Najtańsze papierosy są dla niego luksusem, dlatego częściej jednak musi zadowolić się tym, co znajdzie. – Czasami 20 sztuk pojarów muszę uzbierać, zanim coś się da z tego zrobić. Wyskubuję tytoń, zawijam w gazetę i skręcika mam jak znalazł.

Na jedzenie zwykle polował przy marketach, gdzie na śmietniku lądowało na przykład mięso, któremu kończył się termin przydatności. Ucztę można było sobie z tego zrobić. Ale wieść o takich wystawkach szybko rozeszła się wśród bezdomnych, konkurencja większa się zrobiła i coraz trudniej coś dla siebie wyrwać.

– Bezdomni pilnują tych wystawek. Jednego wysyłają, żeby na mięso czekał, a inny w tym czasie już rozrabia denaturat. Na a później to bal mają na sto fajerek.

Krzysztof wspomina, że zdarzały się też takie dni, kiedy schodził pół miasta i nijak nie mógł znaleźć jedzenia. – Pamiętam, że któregoś razu zobaczyłem na chodniku paniusię, która jadła kebab. Byłem tak głodny, że miałem ochotę wyrwać jej go z ręki.

Ale zdarzają się też fajni ludzie. – Kiedyś pod bankiem zobaczyłem, jak z nowiutkiej audicy wysiada młoda kobieta. Nos mi podpowiadał, że nic od niej nie dostanę. Nie wiem, jak to się stało, że ją zagadnąłem, a ona zajrzała do portfela, popatrzyła na mnie przepraszająco i dała stówkę, mówiąc, że tylko tyle ma przy sobie. Takiego farta to tylko raz w życiu miałem.

Zwiedził pół Europy

Dwadzieścia parę lat temu Krzysztofowi ani się nie śniło, że wyląduje na ulicy. Był taki czas, że żył jak król, ale tylko przez trzy miesiące.

– Dostałem spadek i forsy miałem tyle, że prezydent to mógłby do mnie po pożyczkę przyjść. Takich pieniędzy wcześniej na oczy nie widziałem, dlatego palma mi odbiła. Zwiedziłem pół Europy. Byłem we Francji, Anglii, Niemczech, Holandii... Panem byłem. Orkiestra grała specjalnie dla mnie kawałki, kelnerzy ogień mi podawali... Aż któregoś razu obudziłem się, włożyłem rękę do kieszeni, a tam pusto. Nawet na bilet powrotny nie miałem. Pomyślałem sobie: coś ty, durniu, najlepszego narobił.

Wylądował na ulicy i tam żyje do dziś. Cały jego dorobek mieści się w torbie z „Aldika". Ma w niej maszynkę elektryczną, bieliznę, bluzę z długim rękawem i cieplejszy polar na chłodne dni. – Ludziom się wydaje, że jak bezdomny, to musi chodzić brudny, obdarty i śmierdzący, ale ja tam potrafię o siebie zadbać. W ciucholandzie zawsze coś za darmo wyproszę.

Krzysztof kiedyś marzył o tym, że jeszcze wyjdzie na prostą, wynajmie jakieś mieszkanie. Teraz już nie marzy. – Faceta po sześćdziesiątce, i to bezdomnego nikt do roboty już chce, bo mają młodych. Z dorywczą pracą też jest problem, dlatego nawet gdybym dostał mieszkanie, to nie byłoby mnie stać, żeby je utrzymać.

Lada dzień w lasach pojawią się grzyby i może na nich uda mu się coś zarobić. – Roboty się nie boję, a i do życia dużo mi nie potrzeba. Zarobię na chleb ze smalcem i wystarczy. – Mógłbym grządki oplewić, ogród podlać, altankę odmalować... Jakby mi ktoś dał za to miejsce w altance i kawałek drewnianej skrzyni do spania, to byłbym najszczęśliwszym człowiekiem w okolicy.

Horoskop

▲ WODNIK 21 I – 19 II
Skontaktuje się z tobą ktoś, o kim już dawno zapomniałeś. Warto odnowić tę znajomość, bo osoba ta okaże się prawdziwym przyjacielem.

▲ RYBY 20 II – 20 III
W pierwszej połowie września staraj się nie podejmować żadnych poważnych decyzji finansowych. Możesz stracić sporo pieniędzy.

▲ BARAN 21 III – 20 IV
Nie krytykuj publicznie innych osób, bo wkrótce sam możesz się stać obiektem niemiłej krytyki. Trzymaj język za zębami.

▲ BYK 21 IV – 21 V
Nadarzy się okazja do flirtu. Jednak uważaj, bo niewinna z pozoru znajomość może się przekształcić w coś znaczącego – ale tylko dla jednej osoby.

▲ BLIŹNIĘTA 22 V – 22 VI
Twój organizm potrzebuje więcej ruchu. Może zapiszesz się we wrześniu na siłownię lub basen albo po prostu zaplanujesz sobie długie, regularne spacery?

▲ RAK 23 VI – 22 VII
Ćwicz swoją cierpliwość. Jeżeli bowiem tylko nauczysz się spokojnie czekać na efekty, rezultaty same cię zaskoczą.

▲ LEW 23 VII – 23 VIII
Jeżeli zastanawiasz się, jaki rodzaj działalności może ci przynieść pieniądze, postaw na handel.

▲ PANNA 24 VIII – 23 IX
Zbyt wiele srok chcesz schwytać naraz. Skup się na jednej czynności, a jak ją zakończysz zajmij się drugą sprawą.

▲ WAGA 24 IX – 23 X
Już od poniedziałku twoje życie się uporządkuje i poczujesz się w tych narzuconych ci ramach bardzo szczęśliwy.

▲ SKORPION 24 X – 22 XI
W pierwszych dniach września okaże się, że kłopoty to twoja specjalność. Pozwól sobie pomóc i częściej słuchaj dobrych rad.

▲ STRZELEC 23 XI – 22 XII
Wizyta kogoś bliskiego da ci wiele powodów do radości. Znajdź czas na wspólne wieczory i wspomnienia, a otrzymasz zastrzyk energii.

▲ KOZIOROŻEC 23 XII – 20 I
W kręgu twoich znajomych znajduje się ktoś, kto niestety nie życzy ci dobrze. Uważaj, bo lada dzień podstawi ci nogę. ▲

Obyczaje >> Wyznanie alkoholiczki

Kieliszek na

Iza ma 34 lata. Wysokie obcasy, idealny makijaż, kok, zapach perfum. Czy taki obraz widzimy, myśląc „alkoholiczka”?

Joanna Krężelewska
joanna.krezelewska@mediaregionalne.pl

Sama przyszłaś do redakcji, żeby opowiedzieć swoją historię. Dlaczego? To jakiś element terapii? – pytam.

– Nie. Chodzi o to, żeby przestrzec inne kobiety. Ten moment, kiedy procenty zaczynają kierować naszym życiem, łatwo przeoczyć. Albo specjalnie udajemy, że go nie widzimy. I może być za późno... – odpowiada Izabela. Prosi, by nie podawać jej prawdziwego imienia. – Mam zbyt wiele do stracenia. Alkoholiczka, pijaczka – gdyby wyszło na jaw, mogłabym już szukać innej pracy – tłumaczy.

A tak – przecież nikomu nawet przez myśl nie przejdzie, że ta elegancka kobieta jest dziś na terapii uzależnień. Gdy myślimy „alkoholik”, przed oczami staje nam obraz brudnego, zarośniętego typa, który zaczepia przechodniów przed sklepem i prosi o drobne na tanie wino.

Piją jednak różni ludzie. Kobiety również. Z danych, które można uzyskać w Instytucie Psychiatrii i Neurologii, wynika, że co piąta osoba korzystająca w tej chwili z terapii odwykowej to kobieta. Najczęściej nie miały świadomości, w czym tkwi problem. Szukały pomocy u psychiatrów, przychodziły do nich ze stanami depresyjnymi, nerwicami. Ale winny był alkohol.

Co piąta osoba korzystająca z terapii odwykowej to kobieta. Najczęściej nie miały świadomości, w czym tkwi problem. Szukały pomocy u psychiatrów, przychodziły do nich ze stanami depresyjnymi, nerwicami. Ale winny był alkohol.

W dzień stres, wieczorem luz

– Zaczęło się niewinnie – opowiada Iza. – Dostałam pracę w dużej korporacji. Odpowiedzialne stanowisko. Chciałam mieć wyniki, więc dawałam z siebie trzysta procent normy. Często pracowałam jeszcze wieczorem, w domu przy komputerze. Żeby się odprężyć, nalewałam sobie lampkę wina. Potem drugą. I trzecią. Czasem robiłam sobie drinka.

Weekendy należały do przyjaciół. Bywało też, że spotykali się w tygodniu.

– Zależało mi, żeby regularnie widywać się z różnymi ludźmi. Żeby bywać. Potem to ja inicjowałam te spotkania, bo zawsze były drinki – wspomina Izabela.

Życie prywatne? – Byłam singielką. I byłam zadowolona ze swojej niezależności. Poza tym, nie musiałam się nikomu tłumaczyć – odpowiada. – A na imprezie? Cóż, alkohol dodawał mi odwagi i pewności siebie... Wydawało mi się, że po kilku lampkach wina jestem zabawniejsza, bardziej otwarta i mam większe szanse na zainteresowanie sobą faceta... Nie miałam czasu. Chciałam szybkiej bliskości.



Wino trudniej ukryć

Kolejne tygodnie. Miesiące. Alkoholu było coraz więcej, bo przyzwyczajany organizm tolerował jego większą ilość. Sześć piw w poniedziałek. Trzy wina we wtorek. Zawsze wieczorem. Cztery, pięć godzin picia przed snem. Rano do pracy.

– Po większym piciu bywało ciężko. Ale są sposoby, żeby szybko podnieść poziom cukru w organizmie. Kupowałam płynną glukozę dla cukrzyków. Po kilku saszetkach mózg zaczynał pracować. Makijaż też robił swoje. I dalej praca na pełnych obrotach. Wieczorem – powtórka. Kilka drinków w klubie i żeby nikt nie widział mnie pijanej, doprawiałam się w domu. Wracając z pracy, miałam już w torebce butelkę. Małą wódkę, bo wino trudniej ukryć – wspomina.

To trwało dwa lata. – Owszem, pojawiały się myśli, że może mam problem. Ale sama się przed sobą tłumaczyłam, że przecież niczego nie zawalam. Mam opłacone rachunki, w pracy jest świetnie, są znajomi, są pieniądze. A alkoholik to przecież ten brudny menel, który żebrze o dwadzieścia groszy, a nie ja – tłumaczy.

Poza tym wszystkie koleżanki piły.

– Nazywałyśmy to babskimi wieczorami. Spotkanie raz po raz u którejś w domu. Nie rozmawiałyśmy o tym, ale myślę, że żadna z nas nie chciała się upijać publicznie. Ale i to po jakimś czasie się zmieniło. Alkohol znieczula. Nie tylko ból, ale też przytępia czujność... – wspomina.

Impreza służbowa. Iza „zaliczyła zgon”. Urodziny koleżanki. Kolejny urwany film. – Nie pamiętałam już, kiedy był dzień bez alkoholu. Nie tylko, ile wypiłam wczoraj. Ale kiedy nie piłam w ogóle. Pamiętałam za to, że lepiej pić wódkę, bo szybciej „kopie” i nie czuć jej jak piwa. I to był ten moment, kiedy uświadomiłam sobie, jak jest źle. Nie byłam w stanie zrobić przerwy. Musiałam szukać pomocy. To było najgorsze uczucie w moim życiu. To, żeby się przyznać do alkoholizmu – mówi.

Naznaczona

Poszła do psychologa. Trafiła na terapię. – Czułam się jak naznaczona. Jakbym miała jakąś skazę. Ale cóż, nie byłam sama. Pani prezes, pani adwokat, kobiety w moim wieku, które poszły tą samą drogą. Dziś też idziemy tą samą – już wyszłyśmy na prostą – opowiada.

Prosta prowadzi czasem pod górkę.

– Straciłam część znajomych. Nie powiedziałam nikomu, że jestem alkoholiczką. Po prostu przestałam być towarzyszką do kieliszka, dlatego przestali dzwonić – twierdzi Izabela.

Dziś budzi się bez bólu głowy. Ze stresem w pracy radzi sobie, wyciskając z siebie siódme poty na siłowni. Bo można inaczej.

– Dlatego przyszłam opowiedzieć moją historię. Może się wydawać, że kilka piw, kilka lampek wina, kilka kolorowych drinków nic nie znaczy. To nie jest prawda. Wino, piwo też uzależnia. I każdego, nawet elegancką kobietę w szpilkach, ostrzega. ▲

szpilkach

Dziś kobiety piją tak samo jak mężczyźni

▲ Czy faktycznie alkoholizm wśród kobiet, tych młodych, ambitnych, robiących karierę, jest coraz częstszą przypadłością?

Jacek Wezgraj: – Jak przy każdym innym uzależnieniu, u podstaw nadmiernego spożywania alkoholu leżą trudności związane z radzeniem sobie z doświadczanym napięciem, trudnościami, wyzwaniami. U kobiet tych napięć może być zdecydowanie więcej niż u mężczyzn. Wiąże się to z koniecznością godzenia wielu ról społecznych, matki, żony, wydajnej pracownicy. Oznacza to konieczność sprostania wielu oczekiwaniom i zadaniom. Jeżeli dodać do tego uwarunkowaną kulturowo większą wrażliwość emocjonalną, to potrzeba szybkiego i skutecznego obniżenia napięcia, ukojenia lęków staje się bardzo duża. Na przestrzeni ostatnich lat zmienił się również model spożywania alkoholu wśród kobiet – obecnie piją one tak samo jak mężczyźni.

▲ Jak uchwycić moment uzależnienia?

– Problem zaczyna się wtedy, kiedy przestajemy kontrolować ilość spożywanego alkoholu. Gdy nawet nie jesteśmy już w stanie określić jego ilości. To również moment, w którym zaczyna on wpływać na nasze codzienne funkcjonowanie. Ostatecznym sygnałem alarmowym jest zawalanie obowiązków z powodu alkoholu czy też samych następstw jego wypicia.

▲ Czy to prawda, że kobiety trudniej się leczy z alkoholizmu?

– Nie jest to reguła, lecz może być trudniej z uwagi na to, że szkodliwe spożywanie alkoholu przez kobiety częściej odbywa się w ukryciu, tajemnicy, zatem może się dużo bardziej rozwinąć.



Jacek Wezgraj, psycholog, psychoterapeuta Pracowni Psychologicznej „Relacja".

Towarzyszy temu również duży wstyd i strach przed reakcjami otoczenia, co może oddalać moment sięgnięcia po specjalistyczną pomoc.

▲ Czy pijący mężczyzna i pijąca kobieta są tak samo postrzegani przez społeczeństwo?

– Kobiety nadużywające alkoholu spotykają się często z dużo większym potępieniem i niezrozumieniem ze strony społeczeństwa, a niejednokrotnie także ze strony rodziny i przyjaciół. Istnieją społeczności, w których za oczywiste uważa się, że mężczyźni piją, i to dużo, ale na kobiety sięgające po alkohol patrzy się już wrogo. ▲

kącik samotnych serc

**Kochani!
Czekamy na listy od wszystkich, którzy czują się samotni.
Jeżeli czujecie, że życie z drugą osobą u boku mogłoby być łatwiejsze, ciekawsze... napiszcie. Możecie zamieścić u nas swój anons lub też wybrać sobie kogoś, kto już takowy zamieścił, i za naszym pośrednictwem się z nim skontaktować.
Czekamy!**

**Jeśli chcesz, aby Twój anons ukazał się w „Kąciku", napisz do nas. Opisz siebie, wymarzoną osobę, którą masz nadzieję poznać. Podaj swój adres i numer telefonu. DOŁĄCZ 3 ZNACZKI POCZTOWE (abyśmy mogli przesłać Ci korespondencję)!
Jeśli zaś zainteresował Cię zamieszczony anons, napisz list do wybranej osoby, włóż do koperty i wyślij. Na kopercie, obok adresu redakcji, koniecznie podaj numer porządkowy osoby, do której piszesz. Wszelką korespondencję należy kierować na adres: „Gazeta Współczesna", 15-419 Białystok, ul. św. Mikołaja 1, Kącik Samotnych Serc.**

ZBIGNIEW
Moje serce głośno puka, moje oko ciebie szuka. Może się spotkamy, razem zostaniemy? Chcę ja twoim być, z twoich szklanek pić, głaskać cię po brzuszku, mój miły kwiatuszku.
91560

PANNA, 28 lat
Jestem panną. Chciałabym poznać pana w wieku do lat 35. Może to być gospodarz-rolnik. Ja jestem ze wsi i chciałabym wyjść za mąż za kogoś ze wsi, żeby zostać na gospodarce. Mam wykształcenie podstawowe. Lubię pracować i być gospodynią domową.
91561

KAWALER, około 40-stki
Chcę zerwać z samotnością, więc pragnę poznać panią w wieku zbliżonym do mojego. Mam 173 cm wzrostu. Jestem spokojny, niezależny, mam mieszkanie i mieszkam sam. Nie mam zobowiązań ani nałogów. Dalsze życie chcę spędzić we dwoje. Czekam na listy z numerem telefonu.
91562

WOLNA, 60 lat
Jestem wolną kobietą. Mam 60 lat. Mieszkam na Mazurach. Mam emeryturę, własne M4. Jestem pogodną optymistką bez nałogów i zobowiązań. Poznam pana w odpowiednim wieku na dobre i na złe. Lubię ład i porządek. Cenię uczciwość.
91563

MARIAN, 53 lata
Jestem niebrzydkim blondynem. Mieszkam na wsi koło Grajewa. Posiadam małe gospodarstwo rolne o powierzchni 11 ha. Jestem niezależny finansowo, spokojny, niepalący i niepijący. Szukam spokojnej i uczciwej kobiety. Lubię dobrą muzykę, jestem wesołym człowiekiem. Wiek kobiety – od lat 40 do 55. Może być rozwódka, wdowa lub panna. Chciałbym, aby pochodziła z województwa podlaskiego, najlepiej ze wsi. Odpowiem na każdy list. Może szczęście się do mnie uśmiechnie?
91564

WDOWA, 66 lat
Od czterech lat jestem wolna i chciałabym poznać pana. Mogłabym nawet zmienić miejsce zamieszkania. Jestem katoliczką. Chciałabym, żeby pan mnie pokochał, a ja bym pana również pokochała. Chciałabym stworzyć związek, w którym panowałaby zgoda i miłość.
91565

EMERYT
Jestem emerytem ze średnim wykształceniem, bardzo samotnym, bez nałogów i zobowiązań. Chciałbym poznać panią po 60-tce, miłą, serdeczną, wyrozumiałą, która chciałaby ze mną zamieszkać. Chętnie widziana jest pani bardzo samotna, może być biedna, bez mieszkania, średniej budowy ciała i średniej wagi. Stan cywilny – obojętny. Pomóżmy sobie nawzajem, bo życie w samotności jest bardzo ciężkie. Czekam na poważne listy z numerami telefonów. Odpowiem na każdy.
91566

reklama

UCZELNIA ŁAZARSKIEGO ŁAZARSKI WARSZAWA

Kierunki:
Prawo
Ekonomia
Stosunki Międzynarodowe
Finanse i rachunkowość
Administracja
Zarządzanie
Business Economics
Management
International Relations

Zostań poszukiwanym specjalistą w obszarze:
- Prawa: lotniczego, korporacyjnego, podatkowego, nieruchomości
- Kryminalistyki
- Ekonomii menedżerskiej
- Gospodarowania nieruchomościami
- Marketingu interaktywnego iab polska
- Polityki energetycznej
- Zarządzania projektami pwc SAP
- Psychologii w zarządzaniu
- Logopedii
- E-biznesie



Łazarski kształci świetnie, bo praktycznie

Na dwóch wydziałach: Wydziale Prawa i Administracji oraz na Wydziale Ekonomii i Zarządzania oferujemy **studia idealnie dopasowane do Twoich oczekiwań.**

Możesz wybierać wśród wielu specjalności, których program dostosowano do potrzeb rynku pracy, dlatego 96%* naszych absolwentów znajduję pracę w trakcie lub zaraz po studiach.

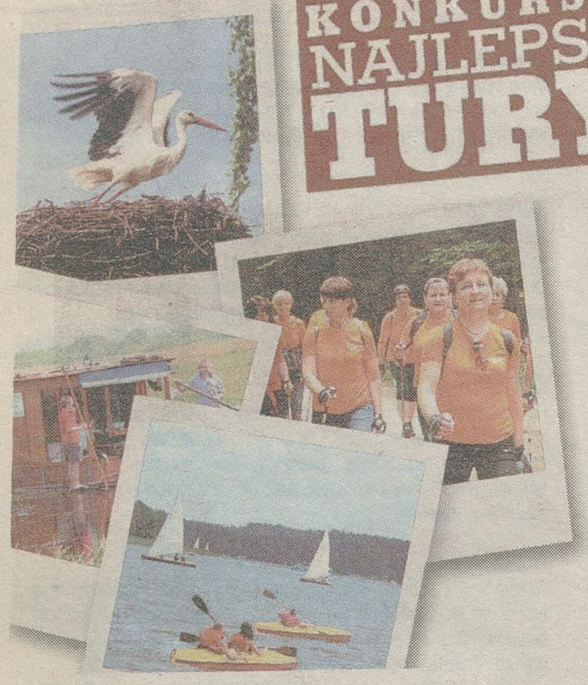
Dowiedz się więcej na:
www.rekrutacja.lazarski.pl

SPRAWDŹ RÓWNIEŻ
STUDIA PRZEZ INTERNET!

Zapisz się juz dziś!

Uczelnia Łazarskiego
ul. Świeradowska 43
02-662 Warszawa
tel.: +48 22 54 35 501
rekrutacja@lazarski.edu.pl

*Badanie firmy Adviser.



KONKURS
NAJLEPSZY PRODUKT TURYSTYCZNY
2013

Turystyka >> Zachęcamy do aktywnego wypoczynku

Podlaski Szlak Bocianí

Podlaski Szlak Bociani uchodzi za największe skupisko bociana białego w Europie. Szlak liczący 412 km, łączy najpiękniejsze miejsca województwa podlaskiego. Można go przebyć rowerem, kajakiem czy łodzią.

Już w najbliższą sobotę (31.08) odbędzie się promocyjny rajd Podlaskim Szlakiem Bocianim, który Podlaska Regionalna Organizacja Turystyczna organizuje już po raz drugi wraz z Krajową Siecią Obszarów Wiejskich. W tym roku rajd przebiega przez Gminę Narewka w kierunku Puszczy Białowieskiej, kończąc się w Sioło Budach - miejscu gdzie piękno łączy się z tradycją wschodu.

Podlaski Szlak Bociani jest miejscem uchodzącym za największe skupisko bociana białego w całej Europie. Szlak łączy najpiękniejsze miejsca województwa podlaskiego, w tym 4 parki narodowe: Białowieski - z żubrami, Biebrzański - ostoja łosia, Narwiański - Polska Amazonia oraz Wigierski - z przepięknym jeziorem Wigry. Jest to najdłuższy, znakowany szlak rowerowy, liczący 412 km. Dzięki tablicom informacyjnym można poznać życie i zwyczaje bociana białego oraz o miejscowości i atrakcje turystyczne na szlaku. W 2009 i 2011 r. szlak został odnowiony i oznakowany nowymi tablicami informacyjnymi dzięki projektom dofinansowanym z Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Szlak rozpoczyna się w Białowieży czyli od **Białowieskiego Parku Narodowego,** który chroni najlepiej zachowaną, naturalną część ekosystemów lasów porastających niegdyś niż Europy. Został on uznany za Światowy Rezerwat Biosfery oraz Obiekt Dziedzictwa Światowego. Uroku obrazowi pierwotnego lasu dodaje królujący tam żubr. Warto tu zobaczyć: Park Pałacowy, Muzeum Przyrodniczo - Leśne, Rezerwat Pokazowy, obszar ochrony ścisłej Orłówka.

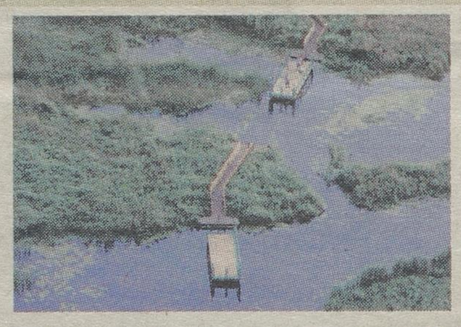
Dalsza część Podlaskiego Szlaku Bocianiego biegnie przez **Krainę Otwartych Okiennic.** Krainę stanowią wsie charakteryzujące się tradycyjnym układem przestrzennym i typową dla regionu drewnianą zabudową mieszkalną. Prawie każdy dom zachował do dziś bogate zdobienia okiennic, narożników, pod i nadokienników. Są to prawdziwe dowody sztuki snycerskiej.

Na około 86 km szlaku jest miejscowość letniskowa położona nad Narwią - Doktorce. Będąc w Surażu i jego okolicach warto zwiedzić: Średniowieczne grodzisko - Góra Królowej Bony w Surażu, Kościół p.w. Bożego Ciała z lat 1873 - 1876, Muzea: Archeologiczne i Etnograficzne, Dziedzictwa Pokoleń, Krzyży i Kapliczek, Wczesnośredniowieczną Osadę słowiańską „Nawia", która organizuje średniowieczne festyny „Grodzisko" oraz Kurhany z IV w. w Surażu, Zawykach, Doktorcach i Śledzińskich. Za Surażem zaczyna się **Narwiański Park Narodowy** chroniący unikalny system rzeki wielokorytowej (anastomozującej) - Narwi. Zatrzymując się w miejscowości Waniewo można odwiedzić nowe Centrum Informacji Turystycznej położone tuż przy kładce przyrodniczej Śliwno - Waniewo. Kładka ma ponad 1km długości i pozwala na dotarcie do serca Parku bez korzystania z łodzi czy kajaka. Niewątpliwą atrakcją tej ścieżki jest przeprawa przez liczne koryta rzeczne przy pomocy pływających pomostów umocowanych na linach.

Na początku i środku trasy znajdują się wieże widokowe, z których można podziwiać panoramę doliny Narwi. (Centrum Informacji Turystycznej w Waniewie czynne jest codziennie w godzinach 10 - 18, z wyłączeniem środy, tel. +48 500 19 28 58).









Turysta może wybrać dowolny fragment szlaku i ulubioną formę aktywnego wypoczynku poruszając się np.: rowerem, kajakiem czy łodzią pychówką bądź tratwą.

Jednym z najpiękniejszych przystanków na szlaku jest barokowy **Tykocin.** Znajduje się tu ufundowany przez ród Branickich - Kościół pw. Św. Trójcy przy barokowym rynku w kształcie trapezu z pomnikiem Stefana Czarnieckiego. Szczególną uwagę turystów przykuwa zrekonstruowany zamek wcześniej wzniesiony przez Zygmunta Augusta oraz Wielka Synagoga z 1642 roku, pełniąca obecnie funkcję muzeum. Kilka kilometrów od Tykocina leży **Pentowo „VII Europejska Wieś Bociania".** Tytuł ten jest przyznawany tylko jednemu takiemu miejscu w każdym kraju. Obecnie w Pentowie jest 36 gniazd zasiedlonych i ta liczba nieustannie rośnie. W zabytkowym Dworze Szlacheckim rodziny Toczydłowskich oprócz Staniny Koni jest utrzymana hodowla koników polskich.

Od Strękowej Góry do Osowca prowadzi odcinek historycznej drogi zwanej **„Carską Drogą"** zbudowaną pod koniec XIX wieku na potrzeby carskiej armii. Twierdza Osowiec to rosyjska twierdza z II poł. XIX wieku. (Zwiedzanie carskiej twierdzy Osowiec oraz Muzeum tylko z przewodnikiem tel. 600 941 954, twierdza.goniadz.org.pl). Twierdza to najcenniejszy, obok Kanału Augustowskiego zabytek na terenie **Biebrzańskiego Parku Narodowego,** który chroni najważniejsze na świecie mokradła. Jest miejscem istnienia ponad 900 gatunków roślin, około 270 gatunków ptaków i 48 gatunków ssaków. „Sztandarowymi" zwierzętami parku są bataliony oraz łosie, które nad Biebrzą mają swoją największą ostoję w Polsce. (Więcej informacji o atrakcjach Biebrzańskiego Parku Narodowego - Punkt Informacji Turystycznej, tel. +48 85 738 3035, www.biebrza.org). W Goniądzu warto zobaczyć: kościół p.w. Św. Agnieszki i Św. Antoniego Padewskiego kaplicę p.w. Św. Floriana, kaplicę cmentarną p.w. Św. Ducha oraz młyn wodny z końca XIX w. (www.goniadz.pl). Kolejną ciekawą miejscowością jest Sztabin, historycznie związany z hrabią Karolem Brzostowskim, który wybudował hutę szkła, cegielnię, tartak, fabrykę wyrobów żeliwnych doprowadzając upadający majątek do rozkwitu. W Sztabinie warto zatrzymać się w Ośrodku Wypoczynkowym „Biebrza", który jednocześnie prowadzi informację turystyczną, wypożyczalnię sprzętu turystycznego, organizację wycieczek krajoznawczych oraz spływów kajakowych i tratwami po Biebrzy. (Punkt Informacji Turystycznej Ośrodek Wypoczynkowy „Biebrza," tel. +48 87 641 21 79 www.turystyka-biebrza.pl).

Na ok. 307 km Podlaskiego Szlaku Bocianiego leży Mikaszówka. Warto tu zobaczyć jedną ze śluz Kanału Augustowskiego. Dalej zaczyna się **Wigierski Park Narodowy**, który jako jedyny w Polsce obejmuje dobrze wykształcony i urozmaicony krajobraz pojezierny ostatniego zlodowacenia. W sercu Parku leży Stary Folwark, gdzie mieści się nowoczesne Muzeum Wigier. (Centrum Informacji Turystycznej WPN, tel. +48 87 563 25 62, +48 510 992 672, www.wigry.win.pl, Punkt Informacji Turystycznej - Muzeum Wigier, tel. +48 87 563 01 52, www.wigry.win.pl/MW). Kilka kilometrów od Starego Folwarku w Szelmencie koło Jeleniewa warto zajechać do Wojewódzkiego Ośrodka Sportu i Rekreacji Szelment oferującego cały rok noclegi, wypożyczalnię rowerów, możliwość gry w paintball. Symbolem Suwalskiego Parku Krajobrazowego jest Góra Cisowa. Jest to doskonałe miejsce gdzie roztaczają się piękne widoki na 22 jeziora poprzedzielane wzgórzami oraz kolorowymi pasami pól i łąk. (www.wosir-szelment.pl)

Jadąc dalej szlakiem dotrzemy do Błaskowizny - wsi nad najgłębszym jeziorem w Polsce - Hańczą. Jest to popularne miejsce wśród miłośników nurkowania oraz wędkarstwa. Podlaski Szlak Bociani kończy się w **Stańczykach.** Znajdują się tu jedne z najwyższych w Polsce mostów kolejowych, ze zdobionymi filarami wzorowanymi na rzymskich akweduktach.

Informacje, mapy oraz materiały na temat PSB dostępne są w biurze Podlaskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej ul. Malmeda 6, Białystok tel. +48 85 732 68 31, www.podlaskieit.pl, www.podlaskiszlakbociani.pl).

NAJLEPSZY PRODUKT TURYSTYCZNY
LAUREAT CERTYFIKATU
POLSKIEJ ORGANIZACJI TURYSTYCZNEJ
2003

PODLASKI
SZLAK
BOCIANI



BILETY DO NABYCIA - MOŃKI: ● Kurier s.c. Jankowscy, ul Dworcowa 6; **GRAJEWO:** ● Miejski Dom Kultury, ul. Wojska Polskiego 20; **Hajnówka:** ● Media Expert, ul. Batorego 20; **ŁOMŻA:** ● Gazeta Współczesna, ul. Długa 6 ● EMPiK, al. Piłsudskiego 14; **EŁK:** ● Gazeta Współczesna, ul. Pułaskiego 24; **AUGUSTÓW:** ● Ela Travel, Rynek Zygmunta Augusta 15/2, ● Media Expert, ul. Wojska Polskiego 42; **SUWAŁKI:** ● Gazeta Współczesna, ul. Kościuszki 78A lok 4; **BIAŁYSTOK:** ● Biuro Ogłoszeń Gazety Współczesnej, ul. św. Mikołaja 1; ● ABC Świat Podróży AUCHAN Hetmańska, ul Hetmańska 16 ● EMPiK Galeria Alfa , ul. Świętojańska 15 ● EMPiK Galeria Biała, ul. Czesława Miłosza 2 ● EMPiK C.H. AUCHAN Hetmańska, ul. Hetmańska 16 ● EMPiK, ul. Sienkiewicza 3 ● Media MARKT Galeria Biała, ul. Czesława Miłosza 2 ● oraz na stronie: **www.ticketpro.pl** **CENA: 25 zł**

szczegóły: **wspolczesna.pl/disco lub tel. 85 748 96 00**

Organizatorzy: Sponsorzy: Patroni:

KSIĄŻKI

Człowiek i kapłan



▲ **„Franciszek. Papież z końca świata"**
▲ **Leszek Śliwa**
▲ **Wydawnictwo WAM Kraków, WKM Gość Niedzielny Katowice, 2013, s. 147 + fotografie, c. 19,90**

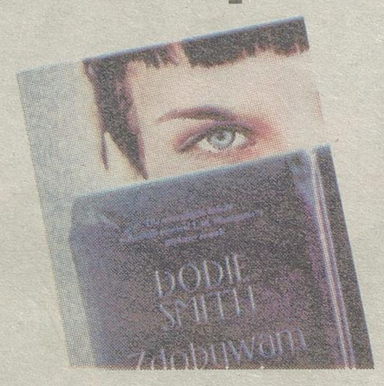
Papież Franciszek zaskakuje świat od pierwszych dni pontyfikatu: wciąż powtarza, że jest grzesznikiem, unika określenia papież nazywając się biskupem Rzymu, nie zakłada czerwonych bucików, rezygnuje z papieskich apartamentów i przysługującej mu „obstawy", je ze wszystkimi na stołówce, ba, osobiście telefonuje do nieznanego mu bliżej młodego człowieka. Wyliczać można długo. Jednym styl papieża Franciszka się podoba, innym - nie bardzo. Najważniejsze jest jednak to, że z tygodnia na tydzień w niedzielne przedpołudnia przybywa pielgrzymów na Placu św. Piotra, a wśród nich - co zaskakuje - coraz więcej jest rodowitych rzymian i Włochów w ogóle. Świat chce słuchać biskupa Rzymu, bo jak napisał Wacław Oszajca SJ w lipcowym numerze „W drodze" „Papież Franciszek wierzy w Boga, któremu z królewskim tronem i dworem całkiem nie do twarzy". Sam Franciszek w liście do przyjaciela ks. Enrique Rodrigueza pisze, że stara się zachowywać taki sam sposób bycia, jak w Buenos Aires, bo „gdybym go w moim wieku zmienił, z pewnością byłbym się ośmieszył".

Co znaczy „sposób bycia jak w Buenos Aires" przybliża biografia autorstwa Leszka Śliwy „Franciszek. Papież z końca świata". Czytelnik znajdzie w niej historię życia Jorge Mario Bergoglia, od przodków o włoskich korzeniach poczynając, poprzez dzieciństwo i wiek młodzieńczy, aż do kapłaństwa. Ta historia wyjaśnia postawę papieża. Po lekturze, nikomu nie przyjdzie już chyba do głowy, że sposób bycia Franciszka to działanie czysto wizerunkowe, na pokaz.

Czego jeszcze dowiemy się o Franciszku z biografii Śliwy? A choćby tego, że choć powołanie do stanu duchownego zakiełkowało w nim w wieku 17 lat, to święcenia kapłańskie przyjął dopiero po 16 latach studiując w międzyczasie nauki humanistyczne, filozofię i teologię, a także pracując jako nauczyciel psychologii i literatury. Tego, że lubi Chagalla, muzykę klasyczną i tango, którego zresztą jest znawcą, że od dzieciństwa jest kibicem drużyny piłkarskiej klubu San Lorenzo de Almagro i że jego ulubionym zajęciem jest czytanie.

Książkę, będącą lekturą godną polecenia, zamyka wkładka ze zdjęciami i kalendarium. **Teresa Muszyńska**

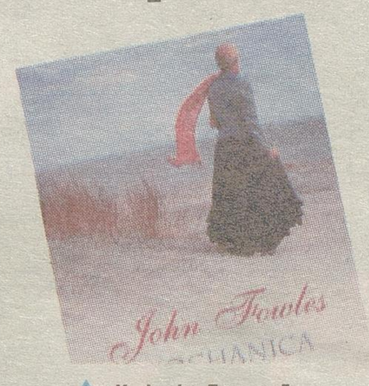
Zamczysko Cassandry



▲ **„Zdobywam zamek"**
▲ **Dodie Smith**
▲ **Świat Książki, Warszawa 2013, s. 352, c. 34,90**

Po raz pierwszy w Polsce ukazuje się debiutancka powieść Dodie Smith zatytułowana „Zdobywam zamek". Światowy rozgłos przyniosła autorce książka dla dzieci „101 dalmatyńczyków", sfilmowana przez Disney`a. „Zdobywam zamek" to propozycja dla młodzieży i dorosłych, która od premiery w latach 40. doczekała się w samej Anglii aż 28 wydań. Ten ponadczasowy bestseller wydany w milionach egzemplarzy na całym świecie porównywany jest z prozą L.M. Montgomery. Siedemnastoletnia Cassandra pisze pamiętnik. Opisuje w nim życie swojej ekscentrycznej rodziny w starym zamczysku. Wiele się tam dzieje... Lektura nostalgiczna, dowcipna, podnosząca na duchu. **(mm)**

Trzy możliwości...



▲ **„Kochanica Francuza"**
▲ **John Fowles**
▲ **Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2013, s. 533, c. 43,90**

Kolejne wydanie najbardziej znanej książki Johna Fowles`a, angielskiego autora głośnych powieści, m.in. „Kolekcjonera" i „Maga". „Kochanica Francuza" zdobyła wielki rozgłos dzięki adaptacji filmowej z Meryl Streep w roli głównej. Scenariusz do filmu napisał późniejszy noblista, Harold Pinter. Wystylizowana na romans historyczny opowieść rozgrywa się w wiktoriańskiej Anglii. Zamożny arystokrata zostaje oczarowany przez kobietę mającą opinię niezrównoważonej i szalonej. Porzuca narzeczoną. Kochankowie słuchają swoich uczuć i idą pod prąd społecznych konwenansów epoki. Do czego doprowadzi namiętny, burzliwy związek? Pełna aluzji do współczesności powieść ma aż trzy zakończenia. **(mm)**

Niezwykła dzielnica



▲ **„Przewodnik po Krakowie Nowej Hucie"**
▲ **Agnieszka Gaj**
▲ **Wydawnictwo WAM, Kraków 2013, s. 233, c. 39**

Prawie każdy z nas był w Krakowie chociaż raz. Liczne zabytki, klimatyczne i kultowe miejsca... Jest jednak część Krakowa, stosunkowo młoda dzielnica, którą znamy raczej ze słyszenia i dokumentalnych filmów. Tak, chodzi o Nową Hutę. Miała być wzorcowym organizmem miejskim komunizmu, jej mieszkańcy mieli zmienić oblicze inteligenckiego Krakowa, wlać weń zdrową, robotniczą krew... O tym i o wielu innych ciekawych, zaskakujących faktach, miejscach i zjawiskach pisze Agnieszka Gaj. Jej przewodnik oferuje turystom pięć tras: historyczną, architektoniczną, religijną, ekologiczno-sportową i artystyczno-towarzyską. Każdą warto przejść. Do tego czytelne mapy i mnóstwo zdjęć. **(mm)**

Pięćdziesiąt trzy wojny



▲ **„Miłość z kamienia. Życie z korespondentem wojennym"**
▲ **Grażyna Jagielska**
▲ **Znak, Kraków 2013, s. 206, c. 32,90**

Głośna książka napisana przez żonę Wojciecha Jagielskiego, Grażynę, tłumaczkę literatury angielskiej, pisarkę. Nie jest to jednak powieść. To samo życie, wstrząsające, przerażające, pełne samotności i oczekiwania w panicznym strachu, na powrót męża, korespondenta wojennego, z Gruzji, Afganistanu, Czeczenii. Książka jest częścią terapii, jakiej musi się poddać autorka cierpiąca na zespół stresu bojowego, choć to nie ona jeździła na wojny.

Żeby przetrwać, żeby uratować to, co jeszcze zostało muszą zacząć od nowa: on zmienia pracę, ona rozpoczyna leczenie. W klinice spotyka Lucjana i zaczyna swoją opowieść... **(mm)**

MUZYKA

Ze słuchu Ze słuchu Ze słuchu Ze słuchu



▲ **Justin Timberlake** (na zdjęciu) był największą gwiazdą jubileuszowej 30. gali MTV Video Music Awards, która odbyła się w niedzielę w Nowym Jorku. Amerykański wokalista zdobył za klip do piosenki „Mirrors" statuetkę w najważniejszej kategorii: Teledysk Roku oraz otrzymał wyróżnienie za najlepszy montaż. Z kolei wideo do piosenki Timberlake`a „Suit & Tie" nagrodzono za najlepszą reżyserię (statuetkę otrzymał reżyser **David Fincher**). Wokalista dostał ponadto prestiżową nagrodę Video Vanguard, przyznawaną wykonawcom, których klipy wpłynęły znacząco na rozwój teledysków.

Nagrody w postaci statuetki Moonmana – kosmonauty, stojącego na księżycu – otrzymali też **Taylor Swift** (najlepszy teledysk wokalistki – „I Knew Your Were Trouble"), **Bruno Mars** (najlepszy teledysk wokalisty – „Locked Out Of Heaven" i najlepsza choreografia – „Treasure"), **Selena Gomez** (najlepszy teledysk pop – „Come And Get It"), **THRITY SECONDS TO MARS** (najlepszy teledysk rockowy – „Up In The Air"), **Pink** i **Nate Russ** (najlepszy teledysk we współpracy solowych artystów – „Give Me A Reason") oraz duet **Macklemore & Ryan Lewis**, który zgarnął statuetki za najlepszy teledysk hip hopowy i najlepsze zdjęcia („Can't Hold Us") i za najlepszy teledysk z przesłaniem („Same Love").

▲ Wpadkę zaliczył serwis internetowy The World Music Awards, który do tej – niegdyś znaczącej – nagrody nominował w dwóch kategoriach **Dodę**. Po dwóch latach przerwy w przyznawaniu tego wyróżnienia, teraz o jej otrzymaniu mieliby decydować w głosowaniu internetowym fani. **Doda** z anglojęzycznym utworem „Singing In Chains" (jako „Singing" jest on na płycie „7 pokus głównych" z 2011 r.) została nominowana w kategoriach: najlepsza piosenka i najlepszy teledysk (wśród prawie 300 innych propozycji ze świata). Jednak do „Singing In Chains"... nigdy nie powstał teledysk. Jak zauważa serwis interia.pl, nie jest to jednostkowy przypadek: klip nie został zrobiony też do innego nominowanego utworu – „Tom Ford" rapera **Jay`a Z**.

▲ Blisko pół miliona osób obejrzało w ciągu trzech tygodni teledysk do nowego utworu **Juli** (na zdjęciu). Piosenka „Ślad" promuje nadchodzący, drugi album wokalistki z Łomży. „Tekst mówi sam za siebie. Tworząc utwór, wcielam



się w niego całą sobą!" – napisała 22-latka w facebookowym wywiadzie z fanami. – „To, że z amatorskich nagrań miałam możliwość zrobienia czegoś naprawdę profesjonalnego, nie oznacza, że to co tworzę, jest sztuczne. Utwory zawierają również historie ludzi, które są prawdziwe. Żaden utwór, nawet nie mój nie jest sztuczny. Zawsze coś przekazuje." – dodała **Jula**, odpowiadając na zarzut, że jej nowe utwory są sztuczne.

▲ Tymczasem **Rihanna** (na zdjęciu) stara się zaistnieć w metrażu dłuższym niż teledysk. Niezrażona tym, że za swoją poprzednią rolę



w niewymagającym wielkiego talentu filmie science fiction „Battleship: Bitwa o Ziemię" otrzymała nagrodę Złotej Maliny dla najgorszej aktorki drugoplanowej, zamierza zagrać legendarną „Czarną Perłę", czyli **Josephine Baker**. Ta francuska piosenkarka, tancerka i aktorka afroamerykańskiego pochodzenia wsławiła się m.in. występami scenicznymi w odważnym stroju, złożonym z naszyjnika i spódniczki z bananów. Była też pierwszą czarnoskórą kobietą, która otrzymała wiodącą rolę w filmie pełnometrażowym („Zouzou"). **Rihannę** w roli **Josephine Baker** będzie można zobaczyć latem przyszłego roku.

▲ Najlepiej zarabiającym DJ`em na świecie jest szkocki gwiazdor muzyki tanecznej **Calvin Harris**, który od sierpnia 2012 r. do sierpnia br. zarobił 46 mln dolarów – wynika z zestawienia przygotowanego przez magazyn „Forbes". Harris za jeden występ inkasuje blisko 200 tys. dolarów. Na drugim miejscu zestawienia znalazł się **DJ Tiesto** (32 mln dolarów), a na trzecim – **David Guetta** (30 mln dolarów). Na liście są też m.in. DJ-ski kolektyw **SWEDISH HOUSE MAFIA** (25 mln dolarów) i kanadyjski **DJ Deadmau5** (21 mln dolarów).

▲ Zarobki na takim poziomie nie robią większego wrażenia na niektórych gwiazdach hip hopu. Należy do nich **Kanye West**, który wydał 1,5 mln dolarów na dwie... opancerzone limuzyny. Chevrolet Kodiak i Prombron Iron Diamond mają taki sam system zabezpieczeń jak limuzyna, którą podróżuje prezydent USA – są kuloodporne, ochronią pasażerów także przed atakami bombowymi i chemicznymi. Gwiazdor będzie jeździć tymi potworami na kołach wraz ze swoją partnerką **Kim Kardashian** i ich nowo narodzoną córeczką **North**.

▲ Możliwości ponoszenia takich wydatków należy życzyć polskim hip hopowcom z legendarnego **KALIBRA 44**, który po 13 latach przerwy pracują nad nową, czwartą płytą. Impuls do reaktywacji grupy w składzie **AbradAb**, **Joka** i **DJ FEEL-X** (**Magik** popełnił samobójstwo w 2000 r.) dało zaproszenie zespołu na Open'er Festival 2013. Nowy album, roboczo zatytułowany „4:44", powinien ukazać się jesienią 2014 r. Natomiast jeszcze w tym roku na rynek trafią winylowe reedycje trzech wcześniejszych płyt **KALIBRA 44**. **opr. Semi**

Płyty nadesłane Płyty nadesłane



▲ **RÓŻNI WYKONAWCY**
▲ **„Opole – 50 Największych Przebojów"**
▲ **Polskie Radio SA**

Niezależnie od tego, jak bardzo podobały się (lub nie) występy niektórych wykonawców na tegorocznym, jubileuszowym Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu, ten album zawieść nie może. Przynosi bowiem creme de la creme utworów, związanych z opolską imprezą, począwszy od „Czarnych Aniołów" **Ewy Demarczyk** (nagroda za wykonanie „piosenki estradowo-artystycznej" w 1963 r.) po „Boso" **ZAKOPOWER** (SuperJedynka w ub.r.). „Między" nimi są zaś utwory tak różne jak „Ballada o cysorzu" **Tadeusza Chyły**, „Eurydyki tańczące" **Anny German**, „Jesteśmy na wczasach" **Wojciecha Młynarskiego**, „Dziwny jest ten świat" **Czesława Niemena**, „Embarras" **Ireny Santor**, „Zegarmistrz światła" **Tadeusza Woźniaka**, „Jadą wozy kolorowe" i „Małgośka" **Maryli Rodowicz** przez wielkie przeboje klasyków polskiego rocka (**MAANAM**, **PERFECT**, **LOMBARD**, **LADY PANK** i **REPUBLIKA**) po „Moją i twoją nadzieję" **HEY**, „Testosteron" **Kayah**, „Trudno nie wierzyć w nic" **RAZ DWA TRZY** czy „Niewiele mogę ci dać" **Macieja Maleńczuka**. To tylko część zebranych tu piosenek, dzięki czemu ten trzypłytowy album doskonale sprawdza się nie tylko jako dźwiękowa ilustracja historii opolskiego festiwalu.

▲ **RÓŻNI WYKONAWCY**
▲ **„Polish Radio Jazz Archives vol. 6 – Jazz Jamboree '62 vol. 2"**
▲ **Polskie Radio SA**

Szósta płyta z serii Polish Radio Jazz Archives jest drugą częścią muzycznej kroniki festiwalu Jazz Jamboree, który odbył się w 1962 r. w Filharmonii Narodowej. O ile na części pierwszej dominowały wykonania Skandynawów, na tej znalazły się wyłącznie utwory w wydaniu formacji z Polski i innych krajów ówczesnego tzw. bloku wschodniego. Płytę otwiera nagranie kwintetu **Andrzeja Kurylewicza**, natomiast jego żona **Wanda Warska** z towarzyszeniem tria **Wojciecha Karolaka** wykonuje dwa standardy („I`ll Wind" i „Time After Time"). Doskonale wypadają **JERZY MATUSZKIEWICZ SWINGTET** oraz – niech nikogo nie zmyli angielskojęzyczna nazwa – grupa **NEW ORLEANS STOMPERS**, w skład której wchodził m.in. znany trębacz **Henryk Majewski**. Natomiast goście zagraniczni to węgierski pianista **Attila Garay**, który wystąpił z czesko-polską sekcją rytmiczną: **Jan Arnet** (bas)/**Andrzej Zieliński** (perkusja) oraz radziecki **WADIM SAKUN SEXTET**, którego blisko 12-minutowy „Blues (Es-dur)" zamyka tę płytę.



Na żywca Na żywca Na żywca

30 SIERPNIA, PIĄTEK

▲ **Białystok**, Metro, ul. Białówny; impreza w klimatach reggae/dub, podczas której wystąpi dj i producent **Adam Prescott**, członek londyńskiego kolektywu Reggae Roast; jego występ poprzedzą dj **Robi** i mc **Kalcza** z **ROOTS VIBRATION SOUND SYSTEM**; godz. 21; wstęp do godz. 22 – 10 zł, po godz. 22 – 15 zł;

▲ **Białystok**, Fama, ul. Legionowa; impreza „Summer`s End Rock Day", podczas której zagrają zespoły **POLSKA B** (rock), **SHAMAN** (hard rock), **HOLY TRAM** (rock), **RUSTED EMPIRE** (hard rock/metal/punk) i **RELEASE THE CRACKEN** (rapcore/groove metal/hard rock); godz. 18; wstęp – 15 zł;

▲ **Białystok**, Centrum im. Ludwika Zamenhofa, ul. Warszawska; w ramach cyklu koncertów „Piosenki z tekstem" wystąpi balansująca między kabaretem a liryką **Basia Stępniak-Wilk**, która zaśpiewa utwory z albumu „Przywidzenia"; godz. 20; wstęp – 20 zł;

▲ **Ełk**, amfiteatr Ełckiego Centrum Kultury, ul. Wojska Polskiego; koncert grupy **RAZ DWA TRZY**, jako support – **Iga Drzymkowska**; godz. 19; bilety (rzędy: od I do X – 25 zł, rzędy: od XI do końca – 20 zł) można kupić w ECK;

▲ **Suwałki**, Duża Scena Suwalskiego Ośrodka Kultury, ul. Jana Pawła II; koncert zespołu **LAO CHE** (rock/funk/elektronika/hip hop), promującego płytę „Soundtrack"; bilety w cenie 35 zł do kupienia w kasie SOK;

31 SIERPNIA, SOBOTA

▲ **Augustów**, amfiteatr nad jez. Necko; podczas imprezy „Muzyczna podróż dookoła świata" zagra duet **CEILI** (folk/muzyka celtycka), któremu towarzyszyć będzie formacja taneczna Inis An Rince, a ponadto wystąpi **AINU** (muzyka etniczna + pokaz multimedialny); godz. 20; wstęp wolny;

▲ **Białystok**, Rynek Kościuszki; w ramach festiwalu „Białystok – miasto dobrej muzyki" wystąpią **Stashka** (laureatka konkursu „Przebojem na Antenę 2013"), **KLEZMAFOUR**, **Łukasz Zagrobelny** i **Monika Brodka**; godz. 18; wstęp wolny;

▲ **Bielsk Podlaski**, Pub Blues, ul. Mickiewicza; kolejna odsłona Punkowego Bielska – zagrają **ON2B** i **ASSUZEYTUYW**; godz. 19; wstęp – wrzuta do glana;

▲ **Siemiatycze**, plaża miejska; podczas imprezy „Zakończenie wakacji" zagrają **ROOTS VIBRATION SOUND SYSTEM** (reggae/ska/dub) i dj **EsDwa** (funk/hip hop); start od godz. 11; wstęp wolny;

1 WRZEŚNIA, NIEDZIELA

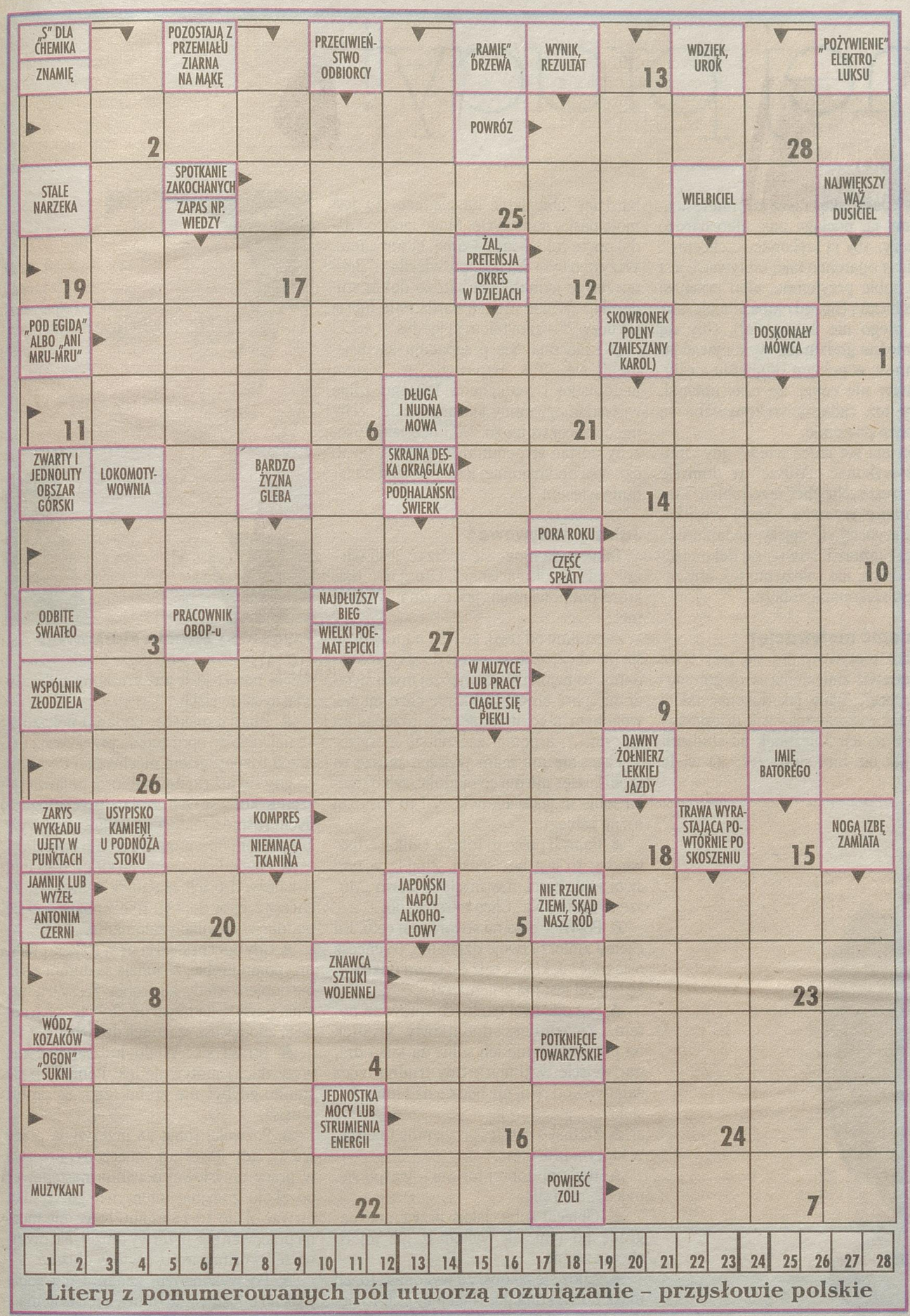
▲ **Sokółka**, stadion OSiR; impreza „Pożegnanie Lata: Bardzo Dziki Wschód", podczas której wystąpią m.in. folkowa **TYGIEL FOLK BANDA** (godz. 18) i cover band **FLINK** (godz. 19.30); wbrew zapowiedziom na scenie nie pojawi się **Ewelina Lisowska**; wstęp wolny;

6 WRZEŚNIA, PIĄTEK

▲ **Białystok**, ACK Sepularium (Spodki), ul. św. Rocha; z okazji ponownego otwarcia legendarnego klubu zagra białoruska grupa **THE TOOBES** (rock'n'roll/hard rock/punk), po czym muzycy zespołu poprowadzą imprezę DJ`ską w stylu „retro disco"; godz. 19; wstęp 15 zł;

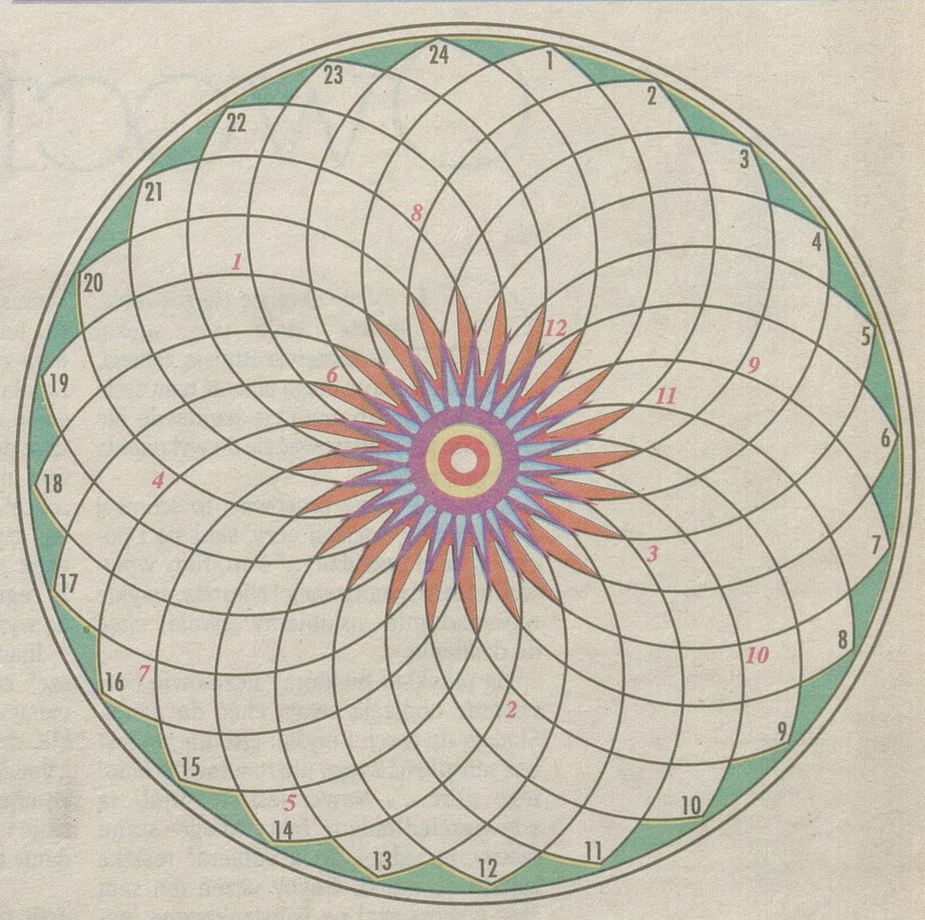
Autor zadań: HELLES

1. Krzyżówka panoramiczna



Litery z ponumerowanych pól utworzą rozwiązanie – przysłowie polskie

2. Rozeta

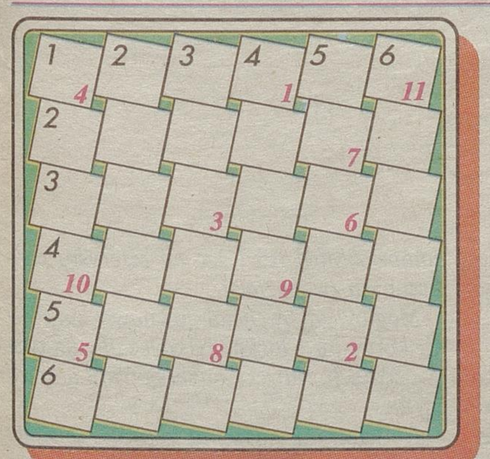


Litery w polach ponumerowanych dodatkowo, uszeregowane od 1 do 12, utworzą rozwiązanie – tytuł piosenki z repertuaru Seweryna Krajewskiego.

PRAWOSKRĘTNIE: 1) silna zazdrość, 2) golizna, 3) miasto nad Notecią, 4) przejmujący smutek, 5) zielony minerał, używany do wyrobu ozdobnych przedmiotów, 6) marynarz, 7) Sybilla, polska aktorka (w serialu „Bulionerzy" grała Magdę Brańską), 8) opiekacz, 9) szuflada zecerska, 10) miejscowość na szlaku kolejowym Rzeszów - Jarosław (anagram wyrazu „nioska"), 11) pieniądze, 12) katoda wtórna, 13) egzotyczna żywica, stosowana do wyrobu lakierów i farb graficznych, 14) w boksie: odpowiedź ciosem na cios przeciwnika, 15) jucha, 16) równina w Mali z uprawą bawełny i ryżu, 17) lek stosowany w dychawicy oskrzelowej i kamicy nerkowej, 18) zespół biologiczny, 19) grecka nimfa, 20) odwrotna strona monety, 21) kulisty twór w żwaczu lub czepcu przeżuwaczy, 22) brat Kosmy, 23) krokodyl z Gangesu, 24) zawieja śnieżna.

LEWOSKRĘTNIE: 1) nie naoliwiony – skrzypi, 2) peleng, 3) małpa wąskonosa, 4) rozpinany na maszcie, 5) nie zawsze idzie w parze z ilością, 6) mierność, 7) antonim smutku, 8) roślina rabatowa o żółtych kwiatach, 9) Branko, prezydent dawniejszego państwa Serbia i Czarnogóra, 10) broń na dłoń, 11) kładka, 12) wystaje z czapki, 13) imię Szostakowicza, 14) dawne działo okrętowe, 15) rzymska bogini sadów, 16) w filozofii: elementarny składnik rzeczywistości, 17) skrzynia murarska, 18) miejsce klęski Stanisława Żółkiewskiego, 19) odmiana liryki greckiej, 20) podpuszczka, 21) ryba morska o zielonych kościach, 22) zasada postępowania, 23) przed Tobą, 24) pierwszy prezydent republiki hiszpańskiej.

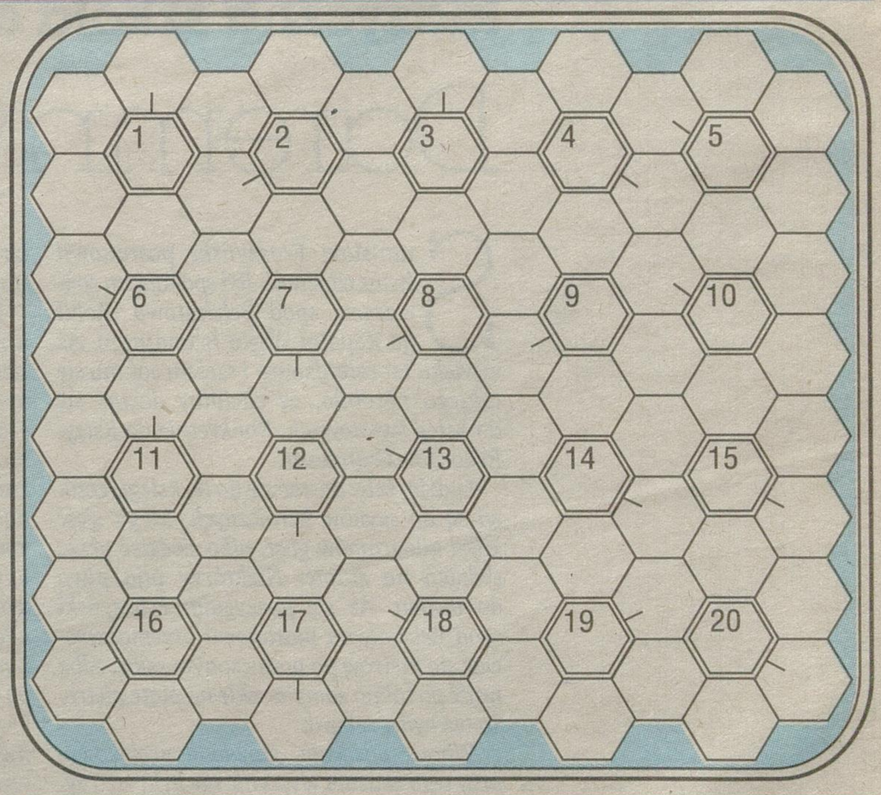
3. Kwadrat magiczny



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie – tytuł powieści Anne Holt.

1) pula w grze, 2) odgłos galopu, 3) gatunek palmy, miąglina, 4) lekarz amerykański, noblista w 1954 r., 5) wielki, gęsty las, 6) lek uspokajający, hydroksyzyna.

4. Wirówka z hasłem



Pierwsze litery odgadniętych wyrazów, czytane kolejno, utworzą rozwiązanie – przysłowie polskie.

PRAWOSKRĘTNIE (od pola z liczbą): 1) w kopalni albo w rodzinie, 2) antonim bezmyślności, 3) przy bucie kawalerzysty, 4) rozrusznik, 5) model dostawczego forda, 6) brednie, banialuki, 7) rodzaj obrazu dającego wrażenie trójwymiarowości, 8) literacki kicz, 9) solenizantka z 16 marca, 10) świstawki sędziowskie, 11) barometr sprężynowy, 12) wieloszczet bałtycki albo grecka nimfa morska, 13) wyżyna w Kamerunie i wsch. Nigerii, 14) ptak z rzędu dzięciołowatych, zwany też złotką zieloną, 15) pani doktór, 16) miasto w zach. Kenii z rozwiniętym przemysłem spożywczym (z liter wyrazów: Lete, rod), 17) puszyste ptasie pióra do damskich kapeluszy, 18) mieszkanka jednego z państw skandynawskich, 19) embrion, 20) przerwa w teatrze.

5. Logogryf

1				A			5			6
2						L				
3				R						
4						T				

Litery z kolorowych pól utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.

1) ma pieczę nad szkołami, 2) podfruwajki, 3) Blake z „Dynastii", 4) siatka nad łóżkiem, 5) proso afrykańskie, 6) wyraz twarzy.

Rozwiązania zadań

1. Nie mów nikomu co się dzieje w domu. 2. „Wielka miłość". 3. „W jaskini lwa". 4. Prosta droga najlepsza. 5. „Kurier carski".

psycholog radzi

Poradnik >> Jak pracować, żeby nie zwariować

Owocnej pracy!

Gdy nie chce się czegoś robić, praca staje się męką. Na szczęście istnieją zabiegi, które mogą ułatwić nam życie nawet wtedy, gdy nam się naprawdę nie chce. Oto jak motywować się do wykonania trudnych zadań.

„Jak chce ci się pracować, to schowaj się w koncie, zaciśnij oczy, skul się i poczekaj aż ci przejdzie…" Potrafimy wpływać na swoją motywację! Niestety, zwykle nieświadomie osłabiamy swoją chęć do działania.

Na przykład niektórzy uczniowie bezwiednie obniżają swoją chęć do nauki. Siadają do lekcji i myślą: „No nie, to jest bez sensu! Nic z tego nie rozumiem! Mam tego dość…". Nawet jeśli te myśli są odzwierciedleniem faktycznego stanu rzeczy, to jednak będą odbierać resztkę zapału do nauki. Gdyby uczeń ten sam czas wykorzystał na konstruktywne motywowanie się, nie przeżywałby takiej „męki".

Podwójna motywacja

Do działania motywowani jesteśmy przez dwie główne siły psychiczne „chcę" i „muszę". Jeśli jakaś rzecz jest interesująca, lubimy ją, pociąga nas, albo bardzo nam zależy, aby ją wykonać – „chcemy". Działanie w oparciu o taką motywację jest samo w sobie przyjemne, albo przynosi ulgę psychiczną (np. gdy ktoś pracuje, aby szef na niego nie nakrzyczał). Gdy się „chce", można godzinami wykonywać jakąś czynność w pełnym skupieniu a człowiek nawet nie czuje, że czas upłynął. Z reguły też zadania wykonywane są na wyższym poziomie.

Inaczej ma się rzecz wtedy, gdy „muszę" coś wykonać. „Muszę" w domyśle oznacza często „Nie chcę tego robić…" Takie działanie wymaga więcej wysiłku, człowiek szybciej się męczy, zadanie wykonuje bez fantazji, łatwiej się dekoncentruje i poddaje, nie zależy mu też, aby zadanie było wykonane dobrze.

Jak zmienić motywację?

Zagadka motywowania się leży więc w umiejętności zmienienia swojego „muszę" w „chcę". Tylko jak dokonać takiej zmiany? Jak wykorzystać swoje priorytety?

Jedna z moich koleżanek na studiach mówiła, że nie lubi się uczyć: „O wiele bardziej lubię latać na glajtach. To jest moja pasja, moje życie. Mogę latać o każdej porze roku – latam zimą, latam latem. Wszystko bym dla tego poświęciła…" Jednocześnie jednak była bardzo dobrą studentką. „Widać nie tak bardzo nie lubisz się uczyć?" – zapytałem ją kiedyś.

„To nie tak. Nie przepadam za uczeniem się. Tak naprawdę to jestem hedonistką i leniuchem. Dlatego zdaję wszystkie egzaminy jak najszybciej, żeby mieć więcej wolnego. No i uczę się dużo, żeby dostać stypendium naukowe, bo to oznacza przynajmniej jeden wyjazd na latanie więcej…"

Jak się motywować

Takie cuda mogą się zdarzyć, jeśli wiemy „jaki guzik nacisnąć". Oto garść rad, które podpowiadają, jak można to uczynić.

Zacznijmy od tego, że jeśli naprawdę ci się nie chce, czujesz wstręt do jakiegoś zadania, to najpierw poświęć tej myśli świadomie parę chwil: „OK., nie chce mi się, wolałbym tego uniknąć, nie przepadam za tym…", a potem zacznij się motywować: „…ale nie mam wyjścia, muszę to zrobić, więc nie ma co biadolić, tylko trzeba sobie to jakoś ułatwić…" I tu zastosuj różne zabiegi:

▲ Pomyśl po co to robisz. Unikaj odpowiedzi: to jest bez sensu. Znajdź w tym swój sens. Zamień w myślach słowo „Muszę to robić". Na „Chcę to robić, bo…"

▲ Poświęć czas na stworzenie celu. Ku czemu zmierza twoje działanie, co chcesz osiągnąć? Jaki jest cel? Po czym poznasz, że ten cel jest już osiągnięty?

▲ Nie odsuwaj trudnych spraw na potem. Zmarnujesz dodatkowy wysiłek na przypomnienie ich sobie za kilka dni, na „wejście w klimat". Gdy trudną rzecz załatwisz od ręki, nie będzie nad tobą „wisiała".

▲ Zadbaj o czyste, przyjemne miejsce, w którym pracujesz.

▲ Bądź w dobrej formie – wyśpij się, najedz, miej siłę.

▲ Obiecaj sobie jakąś przyjemną nagrodę po tym jak wykonasz już to, co chcesz zrobić.

▲ Załóż się z kimś, że wykonasz to, co masz do wykonania. Najlepiej jeśli to będzie osoba z którą rywalizujesz. To zmobilizuje cię do pracy. Czasem taki zakład działa nawet jeśli jest zrobiony tylko we własnych myślach.

▲ Rusz z miejsca. Badania pokazują, że największy opór ludzie przeżywają tuż przed rozpoczęciem niechcianej czynności, gdy się już do niej zabiorą, pojawia się szereg korzystnych zmian psychologicznych: rośnie samoocena, pojawia się wyższy poziom optymizmu i rośnie energia.

▲ Powiedz ludziom, na których zdaniu ci zależy, a o ich szacunek zabiegasz, że chcesz czegoś dopiąć. To nie pozwoli ci się poddać w chwilach załamania.

▲ Gdy odechciewa ci się w trakcie pracy, przypomnij sobie, że ludzie są dumni z siebie dopiero wtedy, gdy robią rzeczy trudne, a nie gdy idą na łatwiznę. Robiąc coś trudnego zdobywasz szacunek do siebie.

▲ Strasz się. Wielu ludzi (choć nie wszystkich) motywuje lęk. Pomyśl co się stanie, gdybyś nie zrobił tego, co zrobić musisz.

▲ Pozwalaj sobie na przerwy w pracy wtedy, gdy jesteś już zmęczony. Przerwa w pracy umysłowej powinna następować po około godzinie intensywnego wysiłku i trwać około 10-15 minut. Fizycznie można pracować bez przerwy dłużej, ale przerwa też powinna też być wtedy dłuższa.

▲ Po wykonanym zadaniu daj sobie czas na odczuwanie dumy, zadowolenia.

Dr Marcin Florkowski,
psycholog



Psycholog Marcin Florkowski

klasyczna szkoła obyczaju

Daremny spacer po szkle

Stanisław Fraszyński postanowił świat zadziwić. Był spokojnym spawaczem spod Bełchatowa. Robił na Kopalni Węgla Brunatnego. Aż w wieku lat czterdziestu i sześciu coś mu się takiego porobiło, że chciałby dostać się do ksiąg światowych. Konkretnie do Księgi Rekordów Guinnessa.

Ludzie, żeby dostać się do tej księgi, gotowi są do czynów heroicznych. Mogą zjeść kilka kilogramów glist, albo siedzieć przez tydzień na słupie. Niektórzy piją piwo do usioru. Aż się porzygają. Fraszyński spod Bełchatowa postanowił przemaszerować sto metrów po potłuczonym szkle. Albo wejść po takim samym szkle na piąte piętro. To też byłby rekord.

Wbrew pozorom, głównym problemem przy tego rodzaju wyczynie nie była wytrzymałość organizmu na skaleczenia połączone z krwawieniem. To Fraszyński miał opanowane. Kłopot polegał na natłuczeniu wystarczającej ilości szkła. Bo skąd wziąć tyle żarówek. Początkowo bowiem nasz fakir mniemał, że szkło z żarówek jest na jego stopy najlepsze.

Fraszyński do fakirstwa doszedł z ciekawości – charakterystyczną dla każdego dociekliwego umysłu drogą eksperymentu. To było w latach siedemdziesiątych. Fraszyński przyglądał się na polu kosiarzom. I w pewnym momencie zaczął dociekać: co stałoby się, gdyby taką kosą ciachnąć się po brzuchu? Oczywiście, żaden kosiarz nie jest na tyle głupi, żeby komuś, nawet dla naukowego eksperymentu jeździć kosą po organizmie. Fraszyński sam więc złapał za śmiercionośne narzędzie i niewiele się zastanawiając ciachnął się po bebechach.

– Zrobiłem to z ciekawości – zeznał później dziennikarzowi jednej z gazet bulwarowych. – Myślałem, że się rozwalę, a tu tylko echo poszło od uderzenia.

Sami Państwo przyznacie – nie każdy tak ma. Nic zatem dziwnego, że Fraszyński w eksperymentach na swoim ciągle jeszcze żywym organizmie posunął się dalej. Zwrócił się w stronę zaostrzonego noża. Początkowo postępował ostrożnie. Spuszczał go z wysokości 10 centymetrów na pępek.

Pępek przeżył.

Nie pozostało więc nic innego, jak tylko wysokość zwiększać. Po miesiącach prób pępek Fraszyńskiego mógł być już poddawany uderzeniom noża spadającego z wysokości jednego metra i dwudziestu centymetrów. Żeby nie było wątpliwości – spuszczony z tej wysokości nóż przebija blachę grubą na pół milimetra.

A Fraszyński pępek jeszcze ciągle był cały.

Dalej nasz rodzimy fakir nie miał co już się obcyndalać. Natłukł słoików i zaczął po nich spacerować. Początkowo nawet miał jakieś rany. – Ale później – opowiadał – stopy stwardniały.

Stwardniałe pięty miażdżyły szkło, słychać było chrzęst, ogólnie nic przyjemnego. Ale Fraszyński chodził i wyobrażał sobie, że spaceruje po trawniku.

Co jeszcze potrafił na tych potłuczonych słoikach wykonać? Stójkę i kilkadziesiąt pompek. Mógł też leżeć na czterystu zaostrzonych gwoździach.

Mógłby, gdyby chciał, już nawet zupełnie nie korzystać z łóżka. Tylko leżałby na tych gwoździach. Nawet książki potrafił na nich czytać.

No więc, jak naszemu fakirowi te stopy na słoikach już stwardniały, to zrezygnował z bicia rekordu na żarówkach, tylko przerzucił się na butelki – po piwie. Okazało się, że łatwiej jest nazbierać butelek po piwie niż żarówek. A jak już nazbierał tych butelek, potłukł je starannie i usypał okrąg o obwodzie 9 metrów. Właśnie po tym okręgu przemaszerował wkoło te sto metrów.

Ale wkrótce okazało się, że zupełnie niepotrzebnie. Bo żeby pobić jakiś rekord, to powinien już jakiś być ustanowiony wcześniej. A w łażeniu po szkle jeszcze wtedy nie było. Może zatem wystarczyłoby przejść 3 metry i też znaleźć się w „Księdze Guinnessa"?

(kk)