

**Konwent
Wójtów**

str. 5



**Iwan
poprowadzi
Pomorze**

str. 8



**Hanna
Banaszak
w Gino Rossi**

str. 11



ZIEMIA

DAMNICA • DĘBNICA KASZUBSKA • GŁÓWCZYCE • KOBYLNICA • KĘPICE • POTĘGOWO • SMOŁDZINO • SŁUPSK • USTKA



SŁUPSKA

ZBLIŻENIA

DWUTYGODNIK

www.zblizenia.pl

Nr 2 (7) • 2007.01.25

ISSN 138-0745

PRZYSZŁA ZIMA



Fot. Zbigniew Bielecki



TODAY TOMORROW



KOMFORT:

- Dzielona (60/40) oraz składana tylna kanapa
- Elektrycznie regulowane i podgrzewane lusterka zewnętrzne
- Immobilizer
- Regulacja kierownicy w dwóch płaszczyznach
- Komputer pokładowy
- Radio RDS + CD + MP3
- Wspomaganie kierownicy
- Podgrzewane siedzenia z przodu
- Klimatyzacja manualna
- Podłokietnik przedni (pojedynczy/podwójny, przesuwany)
- Elektrycznie regulowane szyby tylne
- Lakierowane zderzaki

BEZPIECZEŃSTWO:

- ABS + EBD + BA
- ISOFIX
- Przednie i boczne poduszki powietrzne kierowcy i pasażera
- Wyłącznik poduszki pasażera
- Spryskiwacze reflektorów
- Lampy przeciwmgielne

Nowa Corolla

Możesz Ją mieć już za **62.100 brutto**

STACJA KONTROLI POJAZDÓW • SERWIS

AMS Anetta i Mariusz Staniuk

76-200 Słupsk, ul. Szczecińska 42, tel. 0 59 848 20 01

3 - 4 luty 2007

DNI OTWARTE TOYOTY



JERZY RAUBE

Ameryka nad Bałtykiem

Kiedy powróciła informacja, że Amerykanie chcą budować elementy tarczy rakietowej w Polsce, w Redzikowie pod Słupskiem wstrzymano oddech: wreszcie wiadomo o co chodzi. Kilka miesięcy temu na zlecenie amerykańskiej firmy – wynajętej przez armię USA – prowadzone były odwierty na byłym lotnisku wojskowym. Zainteresowanie Amerykanów lotniskiem nie jest już tajemnicą. Tak samo jak poligonem wojskowym w Wicku. Ze źródła dobrze poinformowanego wiemy, że obydwa obiekty wojskowe spełniają wszelkie wymogi. Łatwo je odizolować od sąsiadów i zaadaptować na potrzeby jednostki specjalnej. Wykonane badania specjalistyczne potwierdziły też łatwy dostęp do wody i energii. Miejscowe władze nie ukrywają, że są za przyjściem Amerykanów. Po pierwsze: byłaby praca w regionie, a pod drugie: do Redzikowa wróciłoby jakieś życie. Miasto Słupsk i sąsiednie gminy mogłyby tylko zyskać. Do podjęcia jest bowiem 100 milionów dolarów. Według wiedzy specjalistów wojskowych koszt budowy takiego europejskiego systemu przechwytyjącego i zestrzeliwującego w powietrzu rakiety nieprzyjaciela, wraz z całym systemem radarowym, oszacowano docelowo na 1,6 miliarda dolarów.

Co to takiego – tarcza antyrakietowa? Otóż jest to system do

niszczenia rakiet balistycznych. Składa się on z radarów do wykrywania wrogich wyrzutni pocisków przeciwrakietowych oraz systemu ich naprowadzania i kierowania. Dla Polski byłoby lepiej, gdyby w naszym kraju były i radary, i wyrzutnie. Stany Zjednoczone zdecydowały się jednak z przyczyn polityczno-strategicznych na rozmieszczenie elementów systemu i w Polsce, i w Czechach

Jak twierdzą politycy, Polska powinna się domagać przede wszystkim zlikwidowania przez Amerykanów negatywnych stron rozlokowania tarczy antyrakietowej, takich jak zwiększenie zagrożenia militarnego czy pogorszenie stosunków z Rosją. Nasz kraj powinien też uzyskać dodatkowe korzyści. To między innymi inwestycje w dziedzinie obrony przeciwlotniczej czy wywiadu i kontrwywiadu. Zdaniem specjalistów wojskowych, rozmieszczenie tarczy antyrakietowej w Polsce będzie miało duże znaczenie strategiczne. Na terytorium naszego kraju znajdzie się bowiem jeden z najważniejszych amerykańskich systemów obronnych, a więc ewentualny atak na nasz kraj byłby atakiem na Stany Zjednoczone. Polska uzyska też okazję uzyskania dostępu do najnowocześniejszych technologii wojskowych.

I co najważniejsze będą finansowe korzyści z tarczy. Zamiast wyjazdów do Anglii możemy mieć Amerykę i to u siebie. Nie wyjeżdżając znad Bałtyku.

ŚWIĘTO BABCI I DZIADKA

W nowej świetlicy w Choćmirówku odbyła się uroczystość z okazji Dni Babci i Dziadka. Imprezę przygotowali uczniowie Szkoły Podstawowej w Żelkowie, pod kierunkiem dyrektor Doroty Sibińskiej oraz nauczycieli.



Fot. Natalia Jarząb

Spotkanie rozpoczęło się życzeniami złożonymi przez wójta Gminy Główny – Czesława Kosiaka i wiceprzewodniczącą Rady Gminy – Zdzisławę Jarząbą. Następnie rozpoczęła się część artystyczna. Dzieci śpiewały, tańczyły, recytowały wiersze. Seniorzy popisy wnuków obserwowali z "łezką

w oku", a najlepsze występy nagrodzili owacjami na stojąco. Na zakończenie wszyscy zaśpiewali gromkie "Sto lat!". Impreza zakończył słodki poczęstunek.

Pamiętką spotkania będą zdjęcia (także te w naszym Tygodniku), kasety video oraz zapis w kronice szkolnej.

RD

Rekordowy bal

FOTOREPORTAŻ ZBLIŻEŃ Z IMPREZY CHARYTATYWNEJ



Tegoroczny V Charytatywny Bal Prezydenta Zorganizowany został na rzecz Hospicjum Bożego Miłosierdzia w Słupsku.

Dochód z imprezy jest prawdziwym rekordem – do kasy placówki wpłynęło ponad 43 tysiące złotych!

Bursztynową kopię Słupskiego Niedźwiadka Szczęścia wylicytowano za 20 tysięcy złotych. Właścicielami zostało rodzeństwo – Katarzyna i Mariusz Boreccy. Rywalizujący z nimi państwo Janina i Karol Lange zadeklarowali, że w przyszłym roku pobiją aktualny rekord.

Niespodzianką była również duża liczba przybyłych na bal gości. Toczono prawdziwe boje o każdy fant.

Wysoko licytowano – na przykład "Magiczne korale" sprzedano za 2 tysiące złotych!

Nosząca je kobieta będzie się cieszyć ogromnym zainteresowaniem ze strony mężczyzn – zapewniała Teresa Jerzyk, dyrektor hospicjum.

M.Ł.



Fot. Zbigniew Bielecki

Jesteśmy dłużnikami rzeki

W pierwszym tegorocznym wydaniu „Zbliżeń” z zadowoleniem przeczytałem deklaracje wybranych niedawno na czteroletnią kadencję: prezydenta Słupska, burmistrza Ustki i (domyślną) podobną opinię wójta gminy Słupsk. Zapewnienia o woli harmonijnej współpracy przyjąć trzeba z uznaniem, mając w pamięci nie tylko niedawne spore różnice zdań między władzami Słupska i Ustki np. w kwestii wyboru wariantu obwodnicy dla Słupska, ale także oceny całokształtu ogólnego położenia naszego regionu w ramach dzisiejszego województwa pomorskiego.

Moim zdaniem, jesteśmy tą biedniejszą częścią województwa, która na dodatek nie ma realnych szans na realizację jakichkolwiek większych zamierzeń inwestycyjnych, bo gros sił i środków przeznacza się w województwie (i tak będzie również w przyszłości) na cele, służące Trójmiastu, zwłaszcza samemu Gdańskowi. Owszem, od wielkiego święta ktoś w obydwu najważniejszych urzędach w Gdańsku przypomniał sobie, że gdzieś za Łebą jest jakiś Słupsk (z reguły rzadziej wspominany niż Ustka), ale na jakiejkolwiek uznanie zasady równomiernego rozwoju nie mamy co liczyć.

Zresztą – czy tylko my możemy czuć się pominięci, niedoinwestowani, wyrzuceni z peletonu wielkiego wyścigu o środki na rozwój? Na początku stycznia jechałem autem z okolic Olsztyna do Ustki. Podkusiło mnie, żeby – korzystając z okazji – odwiedzić przyjaciół mieszkających w Bytowie. Zdecydowałem się wybrać drogę przez Malbork – Starogard – Kościerzynę. Na węzle pod Elblągiem skręciłem więc na Malbork. Jechałem dość długo już nie porządną drogą, ale niemal po wertepach. Przypomniałem sobie, że już dwa lata temu widziałem podobne obrazki w tym samym miejscu. Fatalna nawierzchnia, bez oznakowanych poboczy. Do tego smętny krajobraz tej zaniedbanej

części Żuław, które dawno, dawno temu były wielkim spichlerzem... Ot, depresja, w podwójnym sensie tego słowa, z której trochę wygląda sam Malbork, z okazałym zamczyskiem, wpisanym na listy światowego dziedzictwa.... Na tym tle okolice Bytowa to kraina w pełni rozwoju.

Cieszę się więc, że dochodzimy do stadium uświadomionej konieczności współpracy. Przypuszczam, że opartej na sumiennym oglądzie sytuacji, ograniczonych szans i możliwości, ale również pewnych atutów. We wspomnianym materiale, poświęconym deklarowanemu trójporozumieniu, mówi się o morzu, o idei Dwumiastr, reaktywowania lotniska w Redzikowie, projektowanym parku wodnym w Słupsku, a nawet o ścieżce rowerowej wzdłuż brzegów Słupi.

Nie mnie oceniać realność tych koncepcji. Wydaje mi się jednak, że wielka lekcja, jaką Polska (i cała Europa) otrzymała od przyrody na przełomie lat 2006/2007, skłaniać winna do wielkiej ostrożności i do poważnego potraktowania zasad zrównoważonego (a nawet świadomie ograniczanego) rozwoju. Te wichury będą drogą kosztować cały kraj.

Jakby wbrew temu, co napisałem, sam jednak chciałbym poszerzyć listę zamierzeń o jeszcze jeden projekt. Uważam, że realny i bardzo

potrzebny, nie tylko „trójporozumieniu”.

Zgłaszam więc niniejszym projekt utworzenia w Ustce Muzeum Rzeki Słupi.

Wśród wielu rzek w naszym kraju niewiele zasłużyło sobie na miejsce w literaturze, jeszcze mniej w pieśni. Wspaniały poemat, który Władysław Broniewski poświęcił Wiśle, jest zjawiskiem wyjątkowym. A jak nasza sztuka potraktowała inne rzeki?

Nie ma w naszej tradycji kultu rzeki, kultu wody. Może dlatego też ich nie szanujemy. A przecież rzeki były najdawniejszymi szlakami komunikacyjnymi. Umożliwiały handel, niekiedy z bardzo odległymi krajami. Przyczyniały się do szerzenia cywilizacji, kultury, nowych zasad gospodarowania. Dawały, tak jak i dziś, energię poruszającą młyny, tartaki. Niosły łodzie, tratwy. Umożliwiały egzystencję rybakom, flisakom, handlowcom i ich rodzinom.

Słupia na tle innych rzek w Polsce nie imponuje długością ani krajobrazowymi niespodziankami. Jest jednak jedną z kilku największych rzek Przymorza – tych, które nie oglądając się na Odrę czy Wisłę samodzielnie podążały ku morzu.

Ustka jest naturalnym zwieńczeniem całego biegu Słupi, który zaczyna się od źródeł pod Sierakowską Hutą w powiecie kartuskim. Rzeka łączy kilkanaście gmin, kilka miast.

Daje energię licznym elektrowniom wodnym. Latem niesie kajaki. Blisko morza jej koryto służy jako kanał portowy.

Niestety, port w Ustce umiera. Także za sprawą owczego pędu do prywatyzacji wszystkiego, co się da, dla doraźnie widzianych celów. Bez pozostawienia elementarnych rezerw terenu jako przestrzeni publicznej – na potrzeby przyszłych pokoleń, które być może inaczej będą chciały urządzić świat wokół siebie, niż to dziś planują niektórzy decydenci.

A dlaczego muzeum? Jest przecież muzeum samego miasta Ustki, które poświęca wiele uwagi rzece. Jest wartościowy zbiór różnych eksponatów w dyrekcji Parku Krajobrazowego Doliny Słupi. Ale muzeum rzeki powinno objąć całokształt związanych z nią problemów – z geologią, glebą, przyrodą, światem roślin i zwierząt (ze szczególnym uwzględnieniem ichtiofauny), rolnictwem, leśnictwem, gospodarką, historią, elementem ludzkim, dzisiejszym stanem terenów, które przez długie wieki żyły przy tej rzece i dzięki rzece. Z zachowanymi (jeszcze) łodziami rybackimi i kutrami, zdjęciami i relacjami dokumentującymi działalność przedsiębiorstw rybackich, stoczni – bo te fragmenty ludzkiej działalności chyba też przemijają na naszym brzegu. Wyobrażam sobie też panoramiczną, bardzo treściwą mapę samej rzeki i jej okolic, w skali przynajmniej 1:10000, co oznacza, że sala, w której można by pomieścić taki eksponat musiałaby mieć długość nieco ponad 15 metrów...

W naszym kraju działa już sporo towarzystw, nie tylko upowszechniających wiedzę o rzekach, ale propagujących też ochronę środowiska rzeczno. Kilka lat temu w Kazimierzu Dolnym zwiedziłem Muzeum Przełomu Środkowej Wisły. Muzeum mieści się w starym spichlerzu, który kiedyś stał przy samej rzece. Potem Wisła odwróciła się od Kazimierza. Miasto nie zapomniało jednak, czemu zawdzięczało rozwój i świetność w dawnych wiekach. To, co tam zgromadzono, jest wręcz fascynujące. Zachęcam do odwiedzin i przekonania się, że rzeka może być pokazana jako twór przyrody niezmiernie atrakcyjny.

Wyobrażałem sobie, że w Ustce takie muzeum mogłoby pomieścić się swobodnie w budynku z czerwonej cegły, użytkowanym kiedyś przez Spółdzielnię „Łosoś”. Dziś to chyba nierealne.

Realne wydaje mi się jednak uruchomienie placówki kulturalnej, która mogłaby służyć przez okrągły rok społeczności szeroko pojętego regionu rzeczno – bo wyobrażam sobie takie muzeum jako wspólne dzieło całego obszaru dorzecza Słupi. A latem tysiące wczasowiczów mogłoby dowiedzieć się, że Słupia nie tylko troci i łososią słynie...

Tadeusz Martychewicz



Policjanci w rezerwacie

Strażnicy pod okiem instruktorów policyjnych podnoszą swoje kwalifikacje z zakresu zatrzymywania osób popełniających wykroczenia. Policjanci specjalnej grupy WOPR ćwiczą wspólnie ze strażnikami na akwenach wodnych Parku – to niektóre z efektów podpisanego przez Słowiński Park Narodowy i Szkołę Policji w Słupsku porozumienia o współpracy.



Podpisanie dokumentu to kolejny krok w rozwijaniu wspólnych przedsięwzięć, które już wcześniej realizowali funkcjonariusze obu formacji. Członkowie WOPR ze Szkoły Policji prowadzili na jeziorze Gardno szkolenia dla strażników Parku dotyczące ratowania osób tonących i udzielania pierwszej pomocy. Strażnicy pod okiem policyjnych instruktorów doskonalili także techniki zatrzymywania i obezwładniania osób, które dopuszczają się przestępstw na terenie słowińskiego rezerwatu.

– Te umiejętności wykorzystywane są już teraz przy zatrzymywaniu kłusowników i złodziei drewna, którzy nie zawsze chcą poddać się kontroli – mówi komendant strażników Andrzej Rykaczewski.



Program szkoleń przewiduje także doskonalenie umiejętności stosowania środków przymusu bezpośredniego oraz kierowania ruchem pojazdów i zabezpieczania miejsc zdarzeń drogowych.

Dzięki współpracy grupa WOPR ze Szkoły Policji otrzymała łódź motorową, która wykorzystywana jest podczas

ćwiczeń na akwenach wodnych. Policjanci i strażnicy mogą także prowadzić wspólne ćwiczenia na wybranych terenach Słowińskiego Parku Narodowego. Pracownicy SPN szkolic będą także policjantów w zakresie przepisów związanych z ochroną przyrody.

Piotr Kozłowski

ZIEMIA

ZBLIŻENIA

Nakład: 10 000 egz.
ISSN 138-0745

Wydawnictwo:

AUH FOTECH
76-200 Słupsk
al. Sienkiewicza 1/2

Druk: AGORA S.A. Piła

Redaktor naczelny
Jerzy Raube

Dyrektor wydawnictwa
Zbigniew Bielecki

Kolportaż

Czasopismo kolportowane jest w gminach i miastach powiatu słupskiego. Dostępna także w redakcji. Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych i zdjęć bez zgody wydawcy jest zabronione.

Redakcja i Biuro reklamy:

76-200 Słupsk
al. Sienkiewicza 1/2
tel./fax 059 842 98 20
e-mail: redakcja@zblizenia.pl
www.zblizenia.pl



www.reklama.słupsk.pl
www.fotografia.słupsk.pl



Spotkanie na szczepie

W poniedziałek, 15 stycznia br. odbył się pierwszy w tej kadencji Konwent Samorządowców Powiatu Słupskiego. Jest to forma okresowych, cyklicznych spotkań wójtów, burmistrzów oraz Prezydenta Miasta Słupska, poświęconych najważniejszym problemom ziemi słupskiej. Konwent został zwołany przez Starostę Słupskiego, Sławomira Ziemianowicza. Gospodarzem spotkania był wójt Gminy Kobylnica, Leszek Kuliński.

Na zaproszenia starosty Miasta Słupska – **Zbigniew Konwiński**. Tak silna reprezentacja samorządowej władzy wojewódzkiej zaszczyliła spotkanie po raz pierwszy od czasu wprowadzenia reformy administracyjnej w 1998 roku. Rozmawiano o strategicznych planach i działaniach województwa i powiatu w kontekście członkostwa Polski w Unii Europejskiej i związanych z tym możliwości rozwoju. **Jan Kozłowski** poruszył kwestię współpracy samorządu

województwa z samorządami powiatu słupskiego. O programie odnowy wsi mówił **Leszek Czarnobaj**. **Mieczysław Struk** podjął temat inwestycji infrastrukturalnych. Głównym tematem obrad było jednak nawiązanie współpracy pomiędzy samorządami w celu jak najlepszego wykorzystania pomocowych programów unijnych. Podstawą będzie dotychczasowe doświadczenie w tej dziedzinie samorządowców różnych szczebli. Przy tej okazji pojawił się ciekawy

pomysł stworzenia lokalnej bazy projektów. Omówiono też współpracę miasta Słupska i powiatu grodzkiego z ziemskim powiatem słupskim. Narada była okazją do poznania się z nowo wybranymi szefami samorządów: wójtem Gminy Damnica – Marią Janusz, wójtem Gminy Ustka – Anną Sobczuk – Jodłowską, wójtem Gminy Dębica Kaszubska – Eugeniuszem Dańczakiem oraz burmistrzem Miasta Ustki Janem Olechem.

Magdalena Łagun



Fot. Zbigniew Bielecki



Pierwsza z prawej Wójt Gminy – Maria Janusz

Damnicksie Betlejki 2007

Uczą nas radości

„...w Damnicy u nas, zawsze otwarte drzwi...” – pod takim hasłem przebiegał czwarty już Ogólnopolski Przegląd Widowisk Bożonarodzeniowych, który tradycyjnie odbywa się co dwa lata w Specjalnym Ośrodku Szkolno- Wychowawczym im. Marynarza Polskiego w Damnicy.

W czwartek 11 stycznia 2007 roku w murach damnickiego pałacu można było poczuć klimaty bożonarodzeniowe..., a to dzięki dzieciom i młodzieży z zespołów edukacyjno-terapeutycznych z Ośrodków Szkolno - Wychowawczych z całej Polski.

Ocalić od zapomnienia

Ideą Damnicksich Betlejek jest przekazywanie tradycji i zwyczajów staropolskich.

Wnikliwy obserwator zauważyć mógł w niektórych jasełkach szczyptę współczesności...

Uczniowie z głębszym upośledzeniem umysłowym pod czujnym okiem wychowawców i opiekunów pokazali, że nasze tradycje śmiało można unowocześnić, wpleść w nie nutę zabawy i dobrego humoru.

Betlejki cieszą się wielkim zainteresowaniem, o czym świadczy ilość zgłoszeń – mówi dyrektor placówki Władysław Hanusiewicz. Wielu uczestników tegorocznego spotkania przybyło do nas po raz kolejny i jak stwierdzili – z ogromną radością. Uczniowie byli świetnie przygotowani, widać było przeogromny wkład

prac opiekunów poszczególnych zespołów, jak również bardzo duże zaangażowanie emocjonalne samych „aktorów”. Jestem przekonana, że dzięki pasji pedagogów specjalnych, którzy dbają, pielęgnują i propagują tradycje bożonarodzeniowe uda nam się wspólnie przyczynić do tego, aby ocalić je od zapomnienia – dodaje.

Przegląd Widowisk Bożonarodzeniowych to doskonała forma oferty pozalekcyjnej o charakterze kulturalnym dla dzieci z głębszym upośledzeniem umysłowym – mówi jedna z głównych organizatorek przeglądu, nauczycielka SOSW w Damnicy, Anna Paczkowska.

Wzruszenia i wyróżnienia...

W ciągu jednego dnia wystąpiło 15 zespołów. Młodzi artyści zachwycali widownię swoim wykonaniem: ruchem, głosem, artem przekazu, dekoracjami i strojami.

Nie zabrakło wielu chwil pełnych emocji i wzruszeń. Występom towarzyszyła pewna magia: miejsca, nastroju, gry światła. Czuć było rodzinną, ciepłą, pełną życzliwości atmosferę.

Szczególną uwagę gości skupił zespół z SOSW z Wejherowa o wdzięcznej nazwie Aniołki. Grupa zaprezentowała inscenizację pt. Witaj Jezu, która mocno poruszyła publiczność, wycisnęła łzy...



Cisza na sali... w tle słuchać nuty kolędy. Na scenę wjeżdża wózek inwalidzki z małą dziewczynką cierpiącą na dziecięce porażenie mózgowe. Nagle rozlega się śpiewanie kolędy... Jezus

malusieńki, leży u stajenki...

Rodziły się pytania, kto tak ładnie śpiewa?

To ta mała dziewczynka, która z oddaniem i zaangażowaniem wykonała kolędę tak dobrze wszystkim znaną.

Ona właśnie i praca nad jej rozwojem jest doskonałym przykładem na to, że warto organizować tego typu spotkania – mówią zgodnie nauczyciele.

Nie zabrakło także rodzimych zespołów z Ośrodka w Damnicy. Były nimi Teatrzyk Pędziwiatry, Kacperek oraz Krasnoludki.

Gospodarze przygotowali się nienagannie. Przedstawili inscenizację pt.

chcieli wypaść jak najlepiej, każdy oczekiwał na wyróżnienie. Tymczasem wyróżniono zespół Koliberki z Gdyni za montaż muzyczno- ruchowy pt. Kolorowy świat, Szybką Grupę Teatralną za program artystyczny pt. Jasełka oraz Wesołe Nutki ze Stoku Lackiego(koło Siedlec) za inscenizację Bóg się rodzi.

Gratuluję wszystkim artystom. Tak naprawdę wszyscy wygraliście i każdy z was zasługuje na nagrody, gratulacje i wyróżnienia – mówi Władysław Hanusiewicz.

Spotkanie przyjaźni

Przegląd Widowisk Bożonarodzeniowych pozwolił na spotkanie i integrację dzieci oraz młodzieży. Nawiązało się wiele nowych przyjaźni i znajomości. Młodzież wymieniała adresy, numery telefonów, nauczyciele zaś doświadczenia i pomysły.

Będąc uczestnikiem czy choćby obserwatorem takiego spotkania, gdzie czuje się atmosferę miłości i ciepła można pokusić się o pytanie kogo należy integrować? Kto od kogo ma się uczyć życia?

To my, ludzie rzekomo w pełni zdrowi powinniśmy integrować się z osobami chorymi, cierpiącymi, bo to właśnie oni uczą nas pokory wobec życia, uczą nas jak cieszyć się z każdego dnia i każdej chwili...

Niech Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych trwa cały rok. Oni na to zasługują.

Klaudia Grudkowska



Fot. Wojciech Bielecki

Dużo do zyskania

www.smoldzino.com.pl



Wraz z wyborem nowych władz samorządowych w Gminie Smoldzino, zakończyła się kadencja Rad Sołeckich. We wszystkich miejscowościach odbyły się spotkania mieszkańców z władzami gminy, na których wybrano nowych Sołtysów i Rady Sołeckie. Podczas spotkań poruszono tematy związane m.in. z budżetem gminy oraz rozbudową infrastruktury.



Większością dróg zajmie się Zarząd Dróg Powiatowych w Słupsku

waż w dużej części podlegają pod Zarząd Dróg Powiatowych w Słupsku.

Starostwo Powiatowe w Słupsku w budżecie na lata 2007-2013 ujęło w planie naprawę dróg Komnino-Bukowa-Lękwica.

Mieszkańcy zwrócili się również do władz gminy z prośbą o dalszą poprawę estetyki miejscowości poprzez budowę chodników na terenach wsi.

Szkoły

Kolejnym tematem znajdującym się w centrum zainteresowania mieszkańców jest rozbudowa szkoły w Smoldzinie, która skupi się na dokończeniu budowy sali gimnastycznej oraz pionu trzech pracowni.

Oczyszczalnia

Władze gminy przedstawiły ponadto plan rozbudowy



- Brałismy udział we wszystkich zebraniach wiejskich w naszej gminie – mówi wójt Andrzej Kopiniak (z przewodniczącym Rady Gminy Marianem Ziółkowskim – z prawej). – Mile zaskoczyła nas wysoka frekwencja, większa nawet niż to było na zebraniach przedwyborczych. Mieszkańcy chcą przejmować inicjatywę i odpowiedzialność za przyszłość wsi. Poruszone problemy rozwiązywane będą wspólnym wysiłkiem sołectw i przy wsparciu gminy.

oczyszczalni ścieków. Zostanie zwiększona ilość przetwarzanych ścieków ze 100 m³ na dobę do 300 m³ na dobę, gdyż obecna wydajność jest uciążliwa podczas sezonu letniego. Plan zakłada ponadto budowę sieci kanalizacyjnej na terenie całej gminy. Realizacja przebiegać będzie etapami.

Agnieszka Hrywniak



Młodzież dziś ćwiczy na dworze. Już niedługo będzie mogła korzystać z nowej hali sportowej.



Fot. Jerzy Raube

WŁADZE SOŁECKIE

Na przełomie 2006 i 2007 roku, na terenie Gminy Smoldzino odbyły się wybory sołtysów i rad sołeckich w poszczególnych sołectwach. Oto nowe władze.

Bukowa

Sołtys: Kazimierz Tur
Rada Sołecka:
1. Wiesław Gębusia
2. Bożena Wojtowicz
3. Tadeusz Bielecki

Kluki

Sołtys: Dorota Kubiak
Rada Sołecka:
1. Mariusz Flisikowski
2. Mirosława Flisikowska
3. Stanisław Kopiniak

Witkowo

Sołtys: Anna Wietrzyska
Rada Sołecka:
1. Beata Laszczuk
2. Irena Dzierżak
3. Jerzy Pradlik

Żelazo

Sołtys: Mirosław Kunc
Rada Sołecka:
1. Ewa Pokorska
2. Agnieszka Walach
3. Małgorzata Dobrzyńska

Smoldzino

Sołtys: Beata Witaszek
Rada Sołecka:
1. Danuta Dura
2. Danuta Grabowska
3. Leszek Graczyk

Czysta

Sołtys: Zbigniew Krajnyk
Rada Sołecka:
1. Leszek Dyrka
2. Mirosław Ziadek
3. Jerzy Brzezicki

Retowo

Sołtys: Kazimierz Gardulski
Rada Sołecka:
1. Stanisław Burak
2. Anna Domańska
3. Artur Gadulski

Siecie

Sołtys: Ryszard Romanowski
Rada Sołecka:
1. Jerzy Sakala
2. Jan Szumny
3. Jadwiga Baranowska

Człuchy

Sołtys: Elżbieta Hostyńska
Rada Sołecka:
1. Andrzej Jurałowicz
2. Marta Hostyńska
3. Grzegorz Chmielewski

Gardna Mała i Wysoka

Sołtys: Maria Gamułka
Rada Sołecka:
1. Andrzej Pietkiewicz
2. Andrzej Olechnowicz
3. Helena Sikorska

Łokciowe

Sołtys: Danuta Jaworska
Rada Sołecka:
1. Sylwester Szlakiewicz
2. Eliza Kicak
3. Jerzy Beck

Stojcino:

Sołtys: L. Putyra
Rada Sołecka:
1. Ewa Wojdyna
2. Mirosław Rzeźnicki
3. Grażyna Świętek

Smoldziński Las:

Sołtys: Teresa Rudy
Rada Sołecka:
1. Bogdan Dołycki
2. Jolanta Piszko
3. Dorota Piszko

Wierzchocino

Sołtys: Dariusz Ościk
Rada Sołecka:
1. Ewa Januszkiewicz
2. Stanisława Nowak
3. Krzysztof Mastalerz

Gardna Wielka

Sołtys: Jolanta Rusinek
Rada Sołecka:
1. Jan Durka
2. Lucyna Durka
3. Wiesław Brzozowski

Iwan poprowadzi Pomorze



Pomorze Potęgowe nie martwi się o swój byt. Można powiedzieć więcej, liczy na awans do klasy okręgowej. – Zajmujemy drugie miejsce w tabeli ze stratą tylko dwóch punktów do Chrobrego Charbrowo – mówi prezes klubu Jerzy Bagrowski. – Przed nami jeszcze cała runda rewanżowa. Jest duża szansa powiększenia dorobku, bowiem poziom zespołów bardzo się wyrównał. I co najważniejsze, wzmacniamy mocno szkolenie. Właśnie podpisaliśmy umowę ze znanym piłkarzem i trenerem Mirosławem Iwanem.



Jerzy Bagrowski

Nie tak dawno jednym z wyróżniających się zawodników Jantara Ustka był grający trener Mirosław Iwan. Dawał on przykład pracowitości młodszemu zawodnikowi, a przy tym sam zdobywał bramki. Za jego kadencji Jantar utrzymywał się w środku tabeli czwartoligowców.

– Muszę przyznać, że sam na początku byłem zaskoczony dobrą postawą naszej bądź co bądź młodej drużyny. Liczy się chyba atmosfera. Jak wszyscy chcą grać, wówczas łatwiej o wynik. Nie graliśmy o pieniądze, bo mieliśmy amatorski zespół. Teraz podejmuję się prowadzenia Pomorza. Przysłałem na propozycję działaczy z Potęgowa. Spróbujemy powalczyć o awans....

„Okręgówka” na celowniku

– Nie ma w tym ani słowa przesady – włącza się do rozmowy wiceprezes klubu Wojciech Domała. Właśnie zawarliśmy umowę sponsorską z firmą CB. WINDENERGY. – Będzie nam łatwiej utrzymać zespół w czołówce A-klasy i myśleć o celach wyższych. Wiele spodziewamy się po pracy szkoleniowej nowego trenera. Dotychczasowy szkoleniowiec Jarosław Formela pozostanie w klubie i będzie drugim trenerem. Liczymy też, że pozostaną z nami dotychczasowi



Wojciech Domała

sponsorzy. To m.in. firma MIKOL z Potęgowa, Stacja Paliw OKTAN Nowa Dąbrowa, Bar „Bożenka”, firma ELWOZ z Sierakowic, firma Raffeißen z Darżyna, Gospodarstwo Rybne Ryszard Balcerzyk, Piekarnia Andrzej Klasa, prywatnie Jerzy Awchimieni, Beata Bagrowska,



Spotkanie kierownictwa klubu z zespołem.

Kazimierz Stępiak, Mieczysław Szulga, Jarosław Celban.

– Na mecze jeździmy transportem użyczonym nam przez byłego piłkarza, Mirosława Daszkiewicza – dodaje członek zarządu Wojciech Rębacz. Pomaga nam też właściciel firmy NFM w Potęgowie. Gramy w sprzęcie podarowanym nam przez wójta gminy, Jerzego Awchimieni. Otrzymaliśmy też nowe piłki czy też buty dla zawodników. Tego nigdy za wiele...

Rada Gminy przeznacza na działalność klubu kilkadziesiąt tysięcy złotych – to w porównaniu z ligowymi stowarzyszeniami symboliczna kwota. Warto dodać, że szkoleniem objętych jest ok. 70 piłkarzy, z którymi pracuje dwóch szkoleniowców. Renowacji poddany został typowo piłkarski obiekt. – Wójt obiecał, że do właściwego utrzymania płyty boiska kupi specjalistyczny ciągnik z kosiarką – mówi prezes. Wybudowano całkiem nowe szatnie spełniające wymagania Pomorskiego OZPN.

Pomorze ma duże aspiracje, ale też

solidny skład.

Być może zostanie jeszcze wzmocniony dwoma, trzema zawodnikami. – Chcemy oprócz drużyny na naszych wychowankach, dlatego też postaramy się zatrzymać najlepszych w Potęgowie – mówi wiceprezes Domała.

Drugie miejsce w rundzie jesiennej sezonu 2006/2007 wywalczyli: bramkarze – Maciej Bagrowski, Jacek Pilch, Andrzej Leśniak; zawodnicy z pola – Adam Leśniak, Krzysztof Gapski, Kamil Gapski, Adam Ulanowski, Łukasz Ulanowski, Robert Ulanowski, Robert Szczepański, Damian Gałka, Kamil Oleszczuk, Artur Patyk, Łukasz Naklicki, Dariusz Urbanowicz, Andrzej Jareczek, Łukasz Ułaszek, Jan Mikołajczyk, Maciej Czmocho, Przemysław Bryłowski. Kierownikiem drużyny jest Zenon Pawłowski.

Prezes Bagrowski sam wcześniej bronił barw Rolnika Grąbkowo i Pomorza. Teraz prowadzi gospodarstwo rolne i klub. Zacięcie



Wojciech Rębacz

sportowe pozostało. – Przez wiele lat nie było za wiele dobrej piłki. Teraz rodzi się szansa na przyzwoity wynik. Kibice coraz liczniej przychodzą na nasze mecze. Postaramy się zrobić im niejedną niespodziankę – obiecuje prezes.

Już przed rundą rewanżową postarano się o podpisanie umowy z firmą budującą wiatrak i zatrudnienie dobrego trenera. Teraz wszyscy będziemy czekać na występy nowego Pomorza.

Jerzy Raube

Zdjęcia Zbigniew Bielecki



Wójt Jerzy Awchimieni obiecał pomóc piłkarzom...



39-letni Mirosław Iwan (pierwszy z prawej) rozegrał 50 spotkań w I lidze i 80 w II lidze. Wychowanek Jantara Ustka, grał m.in. w III-ligowym Gryfie Słupsk, Legii Warszawa, I-ligowej Warcie Poznań i III-ligowym Intracie Wałcz. Powrócił do IV-ligowego Jantara, gdzie przez dziewięć lat był grającym trenerem.

PODWOZIA – JEDEN ROK


SCANIA


Montaż skrzyni biegów z korpusem silnika
na zdjęciu Piotr Dąbrowski



Montaż centrali elektrycznej
na zdjęciu od lewej Andrzej Urbański i Dominik Tencza



Przedmontaż chłodnicy
na zdjęciu od lewej Jacek Bartosiak i Paweł Zdunek

Scania Production Słupsk S.A.

W październiku 1992 powstała spółka joint venture założona pomiędzy koncernem Scania CV, a istniejącym przedsiębiorstwem Kapena w Słupsku. Spółka przyjęła wówczas nazwę Scania Kapena S.A.

W 1993 Scania Kapena S.A. była pierwszym w Polsce zakładem montażu ciężarówek zagranicznych, w roku 1994 rozpoczęta została produkcja autobusów miejskich.

W lipcu 2002 zaprzestano w Słupsku montażu samochodów ciężarowych w celu wzmocnienia produkcji autobusów miejskich Scania. Jednocześnie firma Scania CV AB odkupiła od Kapeny akcje firmy Scania Kapena S.A., dzięki czemu spółka przeszła na własność Scanii. Wówczas nazwę zmieniono na Scania Production S.A., wykupiono też ziemię i budynki od firmy Kapena.

Produkcja autobusów nieustannie rośnie. Obecnie słupska fabryka zaopatruje wszystkie

rynki europejskie, zatrudniając ponad 650 osób.

1 rok produkcji podwozi – 500 sztuk

W połowie stycznia Scania Production Słupsk S.A. rozpoczęła produkcję podwozi autobusowych, poprzedzone pięciodniowym szkoleniem w Szwecji w Sodertälje. Trzydzieści osób zdobywało doświadczenie w procesie ich produkcji na najwyższym światowym poziomie. Produkowane podwozia

przeznaczone są do autobusów niskopodłogowych oraz do autobusów piętrowych. Sześćdziesiąt procent przeznaczonych jest dla fabryki w Słupsku, czterdzieści procent sprzedawanych jest dla klientów zewnętrznych (Anglia, Szwajcaria, Hiszpania i Szwecja).

Szesnastego stycznia, po wyłożonej pracy, obchodzono pierwszą rocznicę produkcji podwozi w Polsce. Dodatkową okazją było wyprodukowanie pięćsetnego podwozia. Obecnie

w procesie produkcyjnym udział bierze trzydzieści osób. Produkowane są typy N w stopniu udoskonalenia 4 (tzw. P4) i 5 (P5) w ilości 3 szt. dziennie. Linia montażowa posiada 10 stanowisk.

Podwozia autobusowe Scanii wraz z silnikiem nowej generacji Euro4 są dziś jednymi z najbardziej zaawansowanych technicznie na świecie. Charakteryzują je doskonałe osiągi oraz wysoki standard bezpieczeństwa i komfortu.

SC



Montaż rurek plastikowych do multikonektorów
na zdjęciu Tadeusz Wojtko



Komputerowy test podwozia
na zdjęciu Piotr Pazyrewski i Dominik Tencza

Piękna i zdrowa dzięki ziołom

Leczenie przy pomocy ziół jest prawie tak stare, jak ludzkość. Współczesna nauka coraz częściej potwierdza ich korzystny wpływ na nasz organizm. Umiejętnie wykorzystując zioła możemy nie tylko skutecznie wyleczyć drobne dolegliwości, ale również poprawić swoją urodę. Naprawdę warto spróbować!

Zdrowa cera:

Świetnym sposobem na rozjaśnienie cery jest domowy tonik z nagietka. Wystarczy zalać szklankę wrzątku 2 łyżkami stołowymi suszonych nagietków. Parzymy około 10 minut, przedzamy, a gdy napar ostygnie – dodajemy pół szklanki przegotowanej wody i łyżeczkę soku z cytryny. Stosujemy jak tonik.

Błyszczące oczy:

Ziele świetlika jest skutecznym sposobem na podrażnione oczy, sine podkółki i drobne zmarszczki wokół ich. Zalewamy wrzątkiem dwie torebki ekspresowe świetlika, a gdy ostygną – przykładamy je na powiek. Wystarczy 15 minut. Zabieg można powtarzać codziennie.

Młody wygląd:

Jeśli chcesz dłużej cieszyć się młodą cerą, codziennie przemywaj skórę wacikiem nasączonym wodą pietruszkową. Sporządzisz ją zalewając pęczek natki szklanką zimnej i przegotowanej lub mineralnej wody. Odstaw na 10 godzin, następnie odcedź. Wodę trzymaj w lodówce.

Ładna szyja:

Skóra szyi jest cienka, dlatego też szybko wiotczeje. Zapobiegiesz temu regularnie stosując okłady ziołowe: z kwiatu rumianku, nagietka, lipy, róży lub lawendy. W przestudzonym odwarze zamocz ręcznik i przyłóż go do skóry na 15 minut.

Rozjaśnione piegi:

Piegi rozjaśnisz nalewką z pokrzywy i chrzanu. Wystarczy 1,5 łyżki rozdrobnionej pokrzywy wymieszać z łyżką tartego chrzanu, zalać butelką białego wina gronowego i szczelnie zamknąć. Nalewka gotowa jest po około 2 tygodniach. Przed użyciem wywar należy oczywiście odcedzić.

Sposób na pękające naczynka:

Napar z czarnego bzu działa regenerująco, kojąco i odświeżająco. Sposób przyrządzenia jest bardzo prosty. Należy jedynie jedną łyżeczkę kwiatów czarnego bzu zalać szklanką gorącej wody i zostawić pod przykryciem na 15 minut. Ostudzonym naparem należy codziennie przemywać twarz.

Oczyszczona cera:

Maseczka mleczno-rumiankowa doskonale oczyści cerę. Przyrządzisz ją mieszając napar z rumianku z mlekiem w proszku. Maseczkę nakładamy na twarz i szyję na około minut. Następnie skruszamy ją palcami, a twarz przemywamy ciepłą wodą.

Zdrowe, lśniące kosmyki:

Sprawdzonym sposobem na zdrowe, mocne włosy jest korzeń rabarbaru. Szczególnie polecany blondynkom, ponieważ dodatkowo nadaje włosom piękny, jasnozłoty odcień. Filiżankę rozdrobnionego, suszonego korzenia należy zwilżyć gorącą wodą,

zalewamy 1 litrem wody i gotujemy na małym ogniu przez 10 minut. Stosujemy do ostatniego płukania przy myciu włosów.

Spokojny sen:

Sińce pod oczami i zmęczenie cera nikomu nie dodadzą urody. Podstawą ładnego wyglądu zawsze będzie regenerujący wypoczynek. Jeśli masz kłopot ze snem, przed pójściem spać wypijaj filiżankę mocnego naparu z owoców dzikiej róży.

Początki przeziębienia:

Sprawdzonym sposobem na podwyższoną temperaturę jest odwar przeciwgorączkowy. Przygotowujemy mieszankę z 4 czubatych łyżek czarnego bzu, 4 łyżek kwiatu lipowego i 3 łyżek suszonych owoców malin. łyżkę stołową mieszanki ziołowej zalewamy szklanką ciepłej wody. Gotujemy na wolnym ogniu pod przykryciem 3-4 minuty. Następnie odstawiamy na 10 minut. Odcedzamy i pijemy ciepły 3 razy dziennie, zawsze 15 minut po jedzeniu. Można go dodatkowo osłodzić miodem. Po wypiciu okrywamy się kocem. Za każdym razem należy przygotować świeżą porcję ziół.

Magdalena Łagun



Kłopoty z piętami:

Garść rozkruszonej kory dębu zalej 1 litrem zimnej wody. Gotuj na małym ogniu przez 20 minut, precedź i dolej do ciepłej wody w misce. Mocz nogi przez 10 minut.

dodając kilka kropel soku z cytryny. Powstałą papkę наносimy na włosy pędzlem i pozostawiamy na 30 minut. Preparat należy dokładnie spłukać ciepłą wodą. Brunetkom natomiast polecam korę dębu. Trzy czubate łyżki kory

Zmiany podatkowe w 2007

W 2007 roku zaszło trochę zmian w prawie podatkowym. Większość z nich wydawać się może na pierwszy rzut oka korzystna. Jest tak pod warunkiem, że dopełnimy wszystkich formalności. W przeciwnym razie oczekiwany zysk może zmienić się w stratę. Nowe przepisy dotyczą między innymi urlopów macierzyńskich, pożyczek, darowizn, spadków oraz kosztów związanych z zakupem mieszkania.

Ulgi rodzinne

Korzystną zmianą jest przedłużenie o dwa tygodnie płatnych urlopów macierzyńskich. Za pierwsze dziecko należeć się będzie teraz 18 tygodni urlopu, za każde następne – 20 tygodni. A jeśli na świecie pojawią się bliźniaki, urlop wyniesie aż 28 tygodni. Przepis dotyczy również tych matek, które urodziły dziecko

w zeszłym roku, ale jeszcze nie wykorzystwały całego przysługującego im urlopu. Obowiązywać będzie ponadto ulga prorodzinna. Przy składaniu PIT – u za 2007 rok będzie można odliczyć od podatku po 120 zł na dziecko. Jest to kwota na oboje rodziców. Z tej ulgi skorzystają również samotne matki. Ulga przysługuje na dzieci do ukończenia 25 roku życia, jed-

nak pod warunkiem że się uczą i w ciągu roku nie zarobią więcej niż kwota wolna od podatku, czyli 3013 zł.

Zmiany dotyczą również alimentów. Osoby dorosłe nie będą musiały płacić od nich podatków. Jednak tylko wtedy, jeżeli zasądzone alimenty nie przekraczają kwoty 700 zł miesięcznie.

Mieszkanie

Zapłacimy też mniej fiskusowi sprzedając mieszkanie kupione po 1 stycznia tego roku. Zapłacimy co prawda wyższy podatek od sprzedaży, ale będzie to tylko podatek od dochodu, a nie jak w zeszłym roku od całej kwoty. Większość z nas nadal będzie też korzystać przy sprzedaży mieszkania ze zwolnień podatkowych. Podobnie jak wcześniej, zwolnienie dotyczyć będzie tych, którzy sprzedadzą mieszkanie po 5 latach od daty zakupu. W tym roku pojawia się nowość – zwolnieni będą również ci, którzy w kupionym mieszkaniu zameldują się na stałe – na co najmniej rok.

Spadki i darowizny

Najbliższa rodzina skorzysta z obowiązującego w tym roku prawa dotyczącego spadków i darowizn. Zwolniona jest bowiem od zapłacenia podatku. Do darowizn należą pieniądze, przedmioty o dużej wartości oraz nieruchomości. Jednak jeżeli wartość darowizny lub spadku przekracza, podobnie jak w przypadku pożyczek od rodziny, kwotę 9 tys. 637 – fakt ten konieczne należy zgłosić w urzędzie skarbowym! Podatku od spadku nie zapłacą jedynie ci, których bliscy zmarli po 1 stycznia 2007.

Zmiany na gorsze?

Niestety, są. Przede wszystkim wzrosły opłaty skarbowe, mimo, że z urzędów zniknęły znaczki. Płacić będziemy gotówką w kasie urzędu lub przelewem na jego konto. Jedynie składanie wniosków i podań będzie bezpłatne.

Będzie też trudniej osobom samozatrudnionym. Jednak tylko wtedy, jeżeli mają podpisaną umowę z tylko jedną firmą. Prawo to ma chronić tych, którzy są zmuszani przez pracodawców do samozatrudnienia, a tym samym tracących prawa pracowników etetowych.

Szczegółowe informacje na temat tegorocznych zmian w prawie podatkowym odnaleźć można między innymi na stronie rządowej: www.mf.gov.pl

Magdalena Łagun

HONOROWA NAGRODA „AMBASADOR USTKI” pod patronatem Burmistrza Miasta Ustka

Urząd Miasta Ustka zwraca się z prośbą do mieszkańców Ustki, lokalnych organizacji i stowarzyszeń, działaczy środowiska kultury i sportu o zgłaszanie propozycji kandydatów do Honorowej Nagrody „Ambasadora Ustki”.

Zgłoszenia osób, instytucji lub organizacji pozarządowych do konkursu „Ambasador Ustki” wraz z uzasadnieniem przyjmowane są w formie pisemnej w Biurze Obsługi Mieszkańca Urzędu Miasta Ustka przy ul. ks. Kard. Wyszyńskiego 3 do dnia 2 lutego 2007 r. (piątek). Honorowa Nagroda „Ambasadora Ustki” przyznawana jest w trzech dziedzinach:

- „Ambasador Ustki” w dziedzinie promocji za szczególne osiągnięcia w dziedzinie promocji,
- „Ambasador Ustki” w dziedzinie kultury za szczególne osiągnięcia promujące Ustkę w dziedzinie kultury,
- „Ambasador Ustki” w dziedzinie sportu za szczególne osiągnięcia promujące Ustkę w dziedzinie sportu.

Szczegółowy regulamin konkursu „Ambasador Ustki” dostępny jest na stronie internetowej miasta www.ustka.pl bądź w Biurze Obsługi Mieszkańca Urzędu Miasta Ustka przy ul. ks. Kard. Wyszyńskiego 3.

Noworoczne spotkanie grupy kapitałowej gino rossi



*Zarząd Grupy Kapitałowej
Gino Rossi
składa swoim Klientom,
Sympatykom
i Przyjaciółom
najlepsze życzenia
w Nowym Roku 2007.*



Fot. Zbigniew Bielecki

Zadbajmy o dłonie

Dłonie są wizytówką człowieka. Dlatego ich pielęgnacji powinniśmy poświęcić choć kilka minut dziennie. Szczególnie zimą, gdy narażone są nie tylko na szkodliwe detergenty, ale również na niską temperaturę i mroźny wiatr. Wtedy zwykły krem nie wystarczy...



4 zasady codziennej pielęgnacji:

1. Ręce należy myć zawsze w letniej, nigdy w gorącej wodzie!

2. Najlepiej zrezygnować z tradycyjnych mydeł, które wysuszają skórę. Korzystniej będzie stosować delikatne żele do mycia rąk lub mydła przeznaczone do pielęgnacji niemowląt.

3. Do wszystkich prac domowych koniecznie należy zakładać gumowe rękawiczki. Płyny do mycia naczyń i proszki do prania zawierają detergenty, które podrażniają skórę. Wcześniej dobrze jest posmarować je kremem, który dodatkowo zabezpieczy delikatną skórę.

4. Kremuj dłonie obowiązkowo po każdym myciu. Na dzień stosuj takie, które się szybko wchłaniają, na noc używaj kremów odżywczych i regenerujących.

Raz w tygodniu...

Podstawowym zabiegiem pielęgnacyjnym jest również peeling. Powinno się go wykonywać przynajmniej raz w tygodniu specjalnym peelingiem do rąk lub delikatnym peelingiem do ciała. Po dokładnym opłukaniu dłoni letnią wodą, dobrze jest kilka minut poświęcić na odprężający masaż dłoni. Zabieg można urozmaicić modną aromaterapią, stosując do masażu olejki eteryczne. Mieszanka z olejku szaławii, jałowca, rozmarynu i lawendy zadziała uspokajająco i relaksująco. Rozjaśni umysł i zwiększą koncentrację. Mieszanka składająca się z olejku cytrynowego, rozmarynowego, bazyliowego i mandarynkowego doskonale wpłynie natomiast na osoby

zestresowane i przygnębione. Przyjemny i pożyteczny sposób urozmaicenia codziennej pielęgnacji.

Kolejną czynnością będzie nałożenie odpowiednio dobranej maseczki. Większość firm kosmetycznych ma w swojej ofercie specjalne maseczki do dłoni i paznokci. Świetnie nawilżają, wygładzają skórę, a większość z nich ma również działanie rozjaśniające.

Pielęgnacja dłoni zimą

Zimą dłonie należy chronić przed mrozem nie tylko rękawiczkami, ale i dobrym kremem. O tej porze roku najlepiej sprawdzi się tłusty, odżywczy krem lub preparaty do rąk z silikonem lub wazeliną. Przed wyjściem z domu nałóżmy grubą warstwę, tak by nie cały krem od razu się wchłonił. Będzie to dodatkowe zabezpieczenie skóry rąk przed zimnem.

Jeżeli skóra dłoni jest naprawdę bardzo przesuszona, polecam domowy i bardzo skuteczny sposób. Na noc nakładamy na ręce dużą ilość kremu nawilżającego z kolagenem. Ubieramy ręce w rękawiczki i...idziemy spać. Już rano nasze ręce powinny być dobrze nawilżone. Kurację można powtarzać dwa razy w tygodniu.

Częstym powodem szorstkiej skóry jest mycie rąk tuż przed wyjściem z domu. Unikajmy tego błędu! Jeśli jednak jest to konieczne, pamiętajmy o bardzo dokładnym ich wytarciu.

Na skórę doskonale wpłyną też kąpiele w parafinie. Wzmacniają i uelastyczniają skórę, dzięki czemu jest mniej podatna na pękanie i uszkodzenia.

Magdalena Łagun

W następnym numerze porady, jak pielęgnować paznokcie

SOS na problemy:

Ciemne plamki

Zwykle są pamiątką po nadmiernym opalaniu lub efektem zmian hormonalnych. Pomogą kremy z kwasami owocowymi. Skuteczne będzie również codzienne przecieranie dłoni półką cytryny. Koniecznie od wiosny do jesieni należy używać kremów z filtrami UV, które zapobiegają powstawaniu nowych, brązowych plamek.

Pierzchnięcia

To efekt gwałtownych zmian temperatury, zimna i detergentów. Ratunek to rękawiczki ochronne, kąpiele w oliwie i odżywcze kremy.

Zaczerwienienia

Pojawiają się po silnym przechłodzeniu dłoni. Nie ma skutecznego lekarstwa, pomoże jednak napar z rumianku, kąpiel w parafinie lub oliwie.

Stwardnienia naskórka

Najczęściej powstają po wewnętrznej stronie dłoni. Można je delikatnie ścierać pumeksem i bardzo często smarować tłustym kremem. Pomoże też seria kąpieli parafinowych w gabinecie kosmetycznym.

Magdalena Łagun

Bezsennaś

Według literatury medycznej ponad połowa ludzkiej populacji w pewnych okresach życia cierpi na bezsenność, co piąta osoba ma kłopoty z zaśnięciem każdej nocy, a 15 % z nas przewraca się z boku na bok nie mogąc spokojnie usnąć. Nie ma powodów do paniki, jeśli stan ten trwa do 3-4 tygodni. Natomiast bezsenność trwająca kilka miesięcy, a nawet lat może być spowodowana przewlekłą chorobą – wówczas koniecznie należy zwrócić się o pomoc do lekarza.

Bezsennaś okresowa, krótkotrwała spowodowana jest zwykle stresującym, przemijającym wydarzeniem. Może to być nadmiar obowiązków, trudne, bolesne wydarzenie w naszym życiu, czasem po prostu „zamartwianie się” na zapas. Przyczyną jest również nadużywanie alkoholu, herbaty, leków, zażywanie narkotyków oraz palenie papierosów. U niektórych osób przyczyną może być niedobór niacyny, czyli witaminy B3. Problem bezsenności dotyka najczęściej kobiety oraz osoby starsze.

Recepta na sen

Na szczęście na bezsenność jest sprawdzone „lekarstwo”. To RUTYNA. Przyjrzyjmy się naszej sypialni, zastanówmy się nad naszymi czynnościami przed zaśnięciem. Mocna kawa wieczorem? Głośna, hałaśliwa muzyka? Przegrzane mieszkanie? Zanim sięgniemy po środki farmakologiczne, zmieńmy nasze przyzwyczajenia. Regularne, rutynowe zachowanie kilku podstawowych zasad higieny snu pomoże wygrać z bezsennością.

- Ustal stałą godzinę zasypiania i pobudki, zarówno w dni powszednie jak w weekendy
- Zanim się położysz, wykonuj regularnie czynności relaksacyjne. Może to być

gorąca kąpiel, czytanie książki, słuchanie spokojnej muzyki

- W sypialni powinno być ciemno, cicho i wygodnie; najlepiej gdyby był to pokój przeznaczony tylko do spania.
- Przed snem zawsze wywietrz sypialnię – lepiej śpi się w pomieszczeniach chłodnych
- Materac i poduszki muszą być wygodne
- Ostatni posiłek zjedz 3 godziny przed pójściem spać; wieczorem nie pij kawy, herbaty, coli, nie jedz czekolady
- W ciągu dnia regularnie ćwicz
- Unikaj nikotyny
- Przed snem nie pij alkoholu

Apetyt a sen

Zachowanie higieny snu ma wpływ również na apetyt, ponieważ zmienia się poziom odpowiedzialnych za niego hormonów. Według portalu Gazeta.pl w ciągu ostatnich 50 lat sen przeciętnego Amerykanina skrócił się o 2 godziny, a liczba osób z nadwagą wzrosła z 25 do 65%! Żyjąc w świecie technicznych udogodnień prztyć jest jeszcze łatwiej. Z łóżka do lodówki droga niedaleka... Lepiej jednak liczyć barany. Ostatecznie – sięgnąć po marchewkę.

Magdalena Łagun



Ciekawostka: Szklanka mleka na sen?

Niestety, szklanka mleka na ułatwiająca zaśnięcie to tylko jedno z najpopularniejszych placebo. Naukowy związek mleka ze snem opiera się na tzw. serotoninowej koncepcji snu, która wiąże mechanizm

zasypiania z aktywnością serotoniny. Obiektywne badania nie wykazały jednak dobroczynnego wpływu tego składnika na sen, a „teoria serotoninowa” jest obecnie coraz mniej popularna.

LICENCJONOWANY PRZEWÓZ OSÓB



BIURO OBSŁUGI KLIENKA

76-200 SŁUPSK
UL. KOLŁATAJA 32
DWÓRZEC PKP

TEL. 059 841 7734
FAX 059 843 23 41

WWW.NORDEXPRESS.PL
EMAIL: BIURO@NORDEXPRESS.PL

NORD EXPRESS



WYSTAWA RASOWYCH GOŁĘBI

Już po raz drugi w podślupskiej Kobylnicy mogliśmy podziwiać piękne ptaki, które hodowcy z całego Pomorza przywieźli na IX Środkowopomorską Wystawę Gołębi Rasowych.

Wystawę zorganizował Środkowopomorski Związek Gołębi Rasowych i Drobno Inwentarza w Koszalinie, patronował jej starosta ślupski Sławomir Ziemianowicz oraz wójt gminy Kobylnica Leszek Kuliński. Obok głównej ekspozycji można było zobaczyć i ku-

pić drób ozdobny, który nie był poddawany ocenie.

W imprezie wzięło udział ponad 70 wystawców i właścicieli, którzy pokazali aż 80 ras ptasiej arystokracji. Ponad 1100 jej przedstawicieli stroszyło piórka, nadymało się i gruchało przed tłumami

zainteresowanych ludzi oraz oceniającym je składem sędziowskim.

Niełatwą pracą mieli członkowie jury. Poziom wystawy był bardzo wysoki, co utrudniało wybór najpiękniejszych ptaków. W końcu nagrodzono łącznie 78 gołębi oraz 31 kolekcji. Na szczególną uwagę zasłużył hodowca z Bobolic, aktualny mistrz Europy Bogdan Szmidt. Zdobył aż siedem pucharów, wszystkie za różne odmiany ras gołębi polskich długodziobych lotnych, zwanych srebrniakami.

Nazwy ptaków to też ciekawostka dla laika. Wśród nazw odnajdziemy Mewkę polską, Zakonniczkę niemiecką czy Skowronka Koburskiego, które nie budzą skojarzeń z gołębiami.

Zwiedzający byli pod niesamowitym wrażeniem różnorodności kształtów, kolorów i upierzenia tego chyba najbardziej znanego przedstawiciela ptasiej społeczności. Pobyt na wystawie był dla wielu osób odkryciem nieznanego im świata, przyczyną doznań i wzruszeń estetycznych. Jak powiedział jeden ze zwiedzających, niektóre z gołębi wyglądają jak



Fot. Jan Maziejuk



Przed rozdaniem nagród (od lewej: Marian Jarząbek, Sławomir Ziemianowicz, Barbara Usowicz, Leszek Kuliński)

stworzone przez artystę rzeźbiera, a nie matkę naturę.

Hodowcy podkreślali natomiast, że była to znakomita okazja do prezentacji swoich okazów, obserwowania osiągnięć kolegów, wymiany doświadczeń i nawiązywania nowych kontaktów. Swojego zadowolenia nie krył także radny powiatu Marian Jarząbek, prezes Związku.

– Zainteresowanie wystawą przeszło moje najśmielsze oczekiwania

– mówił – Obiecuję, że to nie ostatnia taka wystawa. A sukces przedsięwzięcia i jego renoma wśród hodowców skłaniają mnie do zorganizowania w przyszłości imprezy ponadregionalnej – dodał Jarząbek.

Zdaniem wielu osób wystawę gołębi rasowych można zaliczyć do jednego z najciekawszych wydarzeń w powiecie ślupskim w ciągu ostatnich lat.

Leszek Kreft

REPERTUAR KULTURALNY – LUTY 2007



Grzegorz Turnau

Polska Filharmonia Sinfonia Baltica

02, piątek, godz. 19 – „**Muzyka Jedwabnego szlaku**” – Etnoscena, czyli tradycyjna muzyka Dalekiego i Bliskiego Wschodu, Bałkanów i Europy środk. – wsch.; wystąpi Maria Pomianowska z zespołem z towarzyszeniem orkiestry Sinfonia Baltica

09, piątek, godz.19 – „**Batuta, frak i elegancja, czyli Maciej Niesiołowski przedstawia...**” – koncert karnawałowy z udziałem Anity Maszczyk i Macieja Niesiołowskiego

14, środa, godz.19 – „**Samotne serca**” – komedia romantyczna Erica Chappella; wystąpią Olaszówka, Wolszczak, Gąssowski i Machalica

17, sobota, godz.19 – „**Grzegorz Turnau śpiewa Grechutę**” – koncert promujący nową płytę

20, wtorek, godz. 19 – „**Ostatki**” w Filharmonii, czyli Grażyna Brodzińska i Zbigniew Macias z orkiestrą

25, niedziela, godz. 17 i 19 – **Kabaret Ani Mru Mru w nowym programie!**

Rezerwacja – Impresariat Filharmonii, tel. (059) 842–38–39

Teatr Nowy

02, piątek, godz.19 – „**Obrona Sokratesa**”, premiera
03, sobota, godz. 19.13 – „**Obro-
na Sokratesa**”; Mała Scena
03, sobota, godz.19.13 – „**Klan
wdów**”; Duża Scena
04, niedziela, godz.19.13 – „**Obro-
na Sokratesa**”; Mała Scena
04, niedziela, godz.19.13 – „**Klan
wdów**”; Duża Scena
10, sobota, godz.19.13 – „**Okno na parlament**”; Duża Scena
11, niedziela, godz.19.13 – „**Okno**

na parlament”; Duża Scena
13, wtorek, godz.9 i 11 – „**Czaro-
dziejskie krzesiwo**”; Duża Scena
14, środa, godz. 9 i 11 – „**Nowe szaty króla**”; Duża Scena
16, piątek, godz.19.13 – „**Sceny miłosne**”; Mała Scena
17, sobota, godz.19.13 – „**Testosteron**”; Mała Scena
18, niedziela, godz. 19.13 – „**Te-
stosteron**”; Duża Scena
22, czwartek, godz.19.13 – „**Testo-
steron**”; Duża Scena
23, piątek, godz.19.13 – „**Testo-
steron**”; Duża Scena
23, piątek, godz.19.13 – „**Audien-
cja III**”; Mała Scena
24, sobota, godz.19.13 – „**Audien-
cja III**”; Mała Scena
25, niedziela, godz.19.13 – „**Au-
diencja III**”; Mała Scena
Rezerwacja – Dział Promocji tel. (059) 846 70 06 lub w kasie tel. (059) 846 70 13

Kino studyjne „Rejs” MCK

3–4, godz.16 – „**Happy Feet – tu-
pot małych stóp**”; reż. George Miller
7–11, godz.18 – „**Wiatr buszujący
w jęczmieniu**”; reż. Ken Loach
10, 11, 18, godz.16 oraz 14–16
godz.11 i 16 – „**Eragon**”; reż. Ste-
fen Fangmeier
17, godz.16 – **Walentynkowy
Maraton Filmowy**, w programie
3 projekcje filmowe, konkursy,
miłosne wróżby, poezja i taniec
14–16,18, godz.18 oraz 17 godz.16
– „**Jak we śnie**”; reż. Michel Gon-
dry
14–16,18, godz. 20 oraz 17 godz
18.30 – „**Romance & cigarettes**”;
reż. John Torturro
17, godz.21 – „**Confetti**”; reż.

Debbie Isitt
21–25, godz.18 – „**Grbavica**”; reż.
Jasmila Zbanic
21–23, godz.11 i 16 oraz 24–25
godz.16 – „**Artur i Minimki**”; reż.
Luc Besson
Rezerwacja – MCK, kino „Rejs”, tel.
(059) 843 11 30, 843 54 34

Teatr Lalki „Tęcza”

01, godz.10 – „Tomcio Paluch”,
Ślupsk – teatr
02, godz.10 – „Telerodzina”,
Ślupsk – teatr
03, godz. 11 – „Nieznośne słoń-
t-

ko”, Ślupsk – teatr
03, godz.16 – „Nieznośne słoń-
t-ko”, Ustka, Dom Kultury
10, godz.11 – „O dwóch takich...”,
Ślupsk – teatr
13, godz.10 – „Tomcio Paluch”,
Ślupsk, teatr
14, godz.10 – „Telerodzina”,
Ślupsk – teatr
15, godz.10 – „Tomcio Paluch”,
Wejherowo, Dom Kultury
17, godz.11 – „Tomcio Paluch”,
Ślupsk – teatr
24, godz.11 – „Bajka – łańcuszek”,
Ślupsk – teatr



Kabaret Ani Mru Mru

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



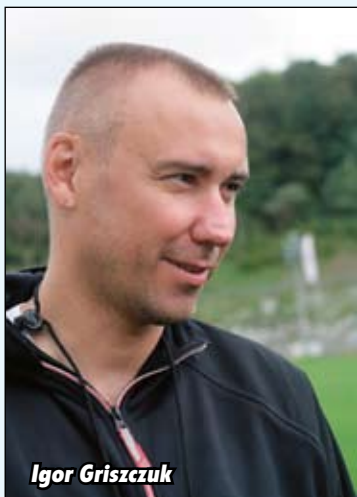
na zdjęciu
Ola Sytnik z Jezierzyc

Fot. Zbigniew Bielecki



spod kosza

KRÓTKI FILM O CZARNYCH



Igor Griszczuk

Tak było...

Damian dopiero miał przyjść na świat, kiedy beniaminek ekstraklasy, zespół Czarnych Słupsk gromił mistrzów z Wrocławia. To był kultowy mecz w hali „Gryfii”. I dodajmy, jedyny wygrany. Dziś Damian z dumą ubiera klubową koszulkę ENERGI Czarnych i wierzy w swój zespół. Na razie spełniło się jego największe marzenie bieżącego sezonu – wspólne zdjęcie z „Miah Davisem”. Teraz chciałby Czarnych zobaczyć na podium. Marzenia mają to do siebie, że często się spełniają.

Trener Igor Griszczuk na pewno nie marzył o konfrontacji ze Śląskiem. Bo to doświadczony i dobrze zorganizowany rywal. Bo ma zbilansowany skład i formę wznoszącą. Bo, jak na zawołanie ogrywa Turów, Anwil, AZS Koszalin. W opinii wielu fachowców faworytem jest Era Śląsk, zaś każdy inny wynik będzie dużego kalibru niespodzianką. Bo porównując

składy pierwszych „piątek” Śląsk jest mocniejszy. Bo, bo, bo...

Na szczęście mecze odbywają się na parkiecie, a nie na papierze. Słupszczanie mają wielki atut, czyli najlepszego szkoleniowca obecnego sezonu. Z kolei trenerzy w naszej lidze częściej się „gotują” niż pracują w swoim zawodzie. Ich nerwowość jeszcze bardziej wzrosła, gdy działacze postanowili eksperymentować z zagraniczną myślą szkoleniową. Eksperyment się powiódł i zaowocował czwartym miejscem po rundzie zasadniczej. Griszczuk nie osiadł na laurach. Nie zadowolili się tym wynikiem. – Na pewno będziemy walczyć. Może nie jak o życie, bo nie ma takiej potrzeby, ale spróbujemy zaskoczyć rywali. Postaramy się pokazać dobrą, solidną koszykówkę naszym kibicom w hali „Gryfia” – obiecuje.

Dalecy jesteśmy od wyolbrzymiania osiągnięć zawodników. Niezasłużone pochwały i zachwyty służą tylko jako karta przetargowa w rozmowach o wysokości kontraktów. Jednak zdobycie tytułu najlepszego rozgrywanego DBL pozwala zostać gwiazdą. Na szczęście Miah Davis ma dystans do tego tytułu. Wie, że sezon jeszcze trwa i trzeba pracować na utrzymanie tej zaszczytnej pozycji. Trener już się wypromował. Teraz czas na niego i jego kolegów. Najwięcej zyskają, jeśli odprawiają wrocławian. Z kwitkiem. Tato Damianowi opowiadał, jak to przed laty bywało. Czas by on sam to zobaczył.

...a tak jest

Ten tekst został napisany i opublikowany przed fazą play off ubiegłego sezonu. Postanowiliśmy go przypomnieć, bo warto wrócić do miłych chwil. Zwłaszcza, że wiele marzeń ludzi młodych, jak wspomnianego Damiana, czy nieco starszych się spełniło. Przypomnieliśmy sobie film z tego co było, a teraz popatrzmy na to co dzieje się z obecną ekipą ENERGI Czarnych.

W niedzielę (21 stycznia) znów przyszło walczyć w hali „Orbita” we Wrocławiu. Śląsk już z nowym trenerem Andrejem Urlepem (zmienił Jarosława Zyskowskiego) jest silniejszą drużyną. Czarni niby ci sami, ale nie tacy sami. Z tym określeniem „ci sami”, to chyba lekka przesada. Fizycznie raczej nic się nie zmieniło, natomiast mentalnie nawet bardzo. Każdemu z osobna, z pierwszej



Spełniło się marzenie Damiana.

mniej. Na pewno przyjdzie na to jeszcze czas. W zespole brakuje

Barletta? Brakuje zastawień, no właśnie – Tarmo Kikerpilla. Estończyk w ubiegłym sezonie był „lekiem na całe zło”. On rządził w obronie i trafiał z precyzją „Leona zawodowca” w ataku. Jeden gracz, a jakie ważne ogniwo. Czy uda się coś jeszcze w tym temacie zrobić? Jeśli ma być lepiej, to nie ma wyjścia.

Wracając do trenera Igora Griszczuka, który zbiera połajanki z wielu stron. Tylko zastanówmy się za co? Za to, że skromnym składem, słabszym niż w ubiegłym sezonie, nadal walczy z czołówką DBL? Czy inni szkoleniowcy, bardziej utytułowani, jak Andrej Urlep, Eugeniusz Kijewski, czy Andrzej Kowalczyk zdołaliby osiągnąć lepszy rezultat? Na pewno nie. Griszczuk to ambitny i walczący człowiek. Taki był na parkiecie jako zawodnik, taki jest jako szkoleniowiec. Ta jego zadziorność przekłada się na wielu graczy. Ale nie na wszystkich. Niestety.

Na liście do zmiany znajduje się nawet dwóch, a nawet trzech graczy, którym brakuje takiej „iskry Bożej”. Nawet drobne korekty kadrowe mogą sprawić, że marzenia o powtórce z ubiegłego sezonu spełnią się. Damian w to wierzy.

Jerzy Raube



Czy Davis zagra tak jak najlepiej potrafi?

„piątki”, można wytknąć to i owo. Jednym więcej, drugim

po prostu chemii. Zastanówmy się i przeanalizujmy, w którym meczu Czarni zagrali jak Czarni? Ci z tamtego sezonu. Którys raz z rzędu słupszczanie przegrywają „deskę”. To czym „zabijali” w tamtym sezonie rywali zostało im zabrane. Na pewno z dużym udziałem samych graczy. Nie mają bowiem większego wsparcia w walce podkoszowej Alex Dunn i Przemysław Frasunkiewicz (o ostatnim występie we Wrocławiu kapitan Czarnych niech szybko zapomni). Gdzie zbiórki Miah Davisa, Omara



Czy Barlett opanuje deskę?

Fot. Zbigniew Bielecki

CZAR
SAM

ZAPRASZA NA CODZIENNE ZAKUPY !!!

Słupsk, Mostnika 2, Dmowskiego 8
Ustka, Pl. Wolności 9



Trener wie jak zmobilizować do walki swoich ludzi...

OBI®**genialnie!**Kobylnica k/Słupska
ul. Szczecińska 8
tel. (0-59) 848 58 00Pn. - So. 8.00-21.00
Nd. 9.00-19.00**Ostre 0%
obniżki****119,-****Zlewozmywak Basil**
2-komorowy, nakładany,
wym. 80 x 60 cm, stal gładka
nr OBI 4643037**FRANKE****-20%**~~28,99~~
m²**22,99**
m²**Panele podłogowe
bezklejowe
Montana Living
„Special Edition”**
na płycie HDF, gr. 7 mm,
opak. 2,11 m², dekory: wiśnia, buk,
powierzchnia ze strukturą drewna,
zastosowanie do pomieszczeń
mieszkalnych
i użyteczności
publicznej
nr OBI 4544888,
4544862**struktura drewna****austriacka jakość**~~219,-~~**199,-****Zlewozmywak**
1-komorowy, okrągły, gładki,
z kompletnym osprzętem (odpływ, syfon)
nr OBI 424701**27,99****Kinkiel**
1 x 40 W, E14
nr OBI 4916649**-30%**~~129,-~~**89,99****Żyrandol**
5 x 40 W, E14
nr OBI 4916664
3 x 40 W, E14, w cenie **69,99**
nr OBI 4916656**rodzina lamp Bolonia****-10%**~~219,-~~**199,-****Zlewozmywak**
1-komorowy, okrągły, gładki,
z kompletnym osprzętem (odpływ, syfon)
nr OBI 424701**0%****Kredyt - 6 rat**

*o szczegóły pytaj w punkcie kredytowym