

GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

5 lutego 2010 r., nr 6 (983)

Cena 2,00 zł (w tym 7% VAT)

www.glos-tn.krakow.pl

SUPERPROMOCJA
1-9666
RADIO TAXI **WAWEL**
10% w dzień + 20% w nocy
0501-44-96-66
0800-66-66-66

INTROLIGATOR
Centrum B, bl. 7
Tel. 644-12-25

stoneczna APTEKA
CENTRUM MEDYCZNE
KRAKÓW NOWA-HUTA UL. UJASTEK 3

CZYNNA
PON. - PIĄTEK 7 - 20
SOBOTA 8 - 15

ZAPRASZAMY DO NASZYCH APTEK

- KRAKÓW, Al. Pokoju 4
- KRAKÓW, ul. Galla 24
- KRAKÓW, ul. Gen. Nila 14
- KRAKÓW, ul. Stradomska 15
- KRAKÓW, ul. Aleksandry 3 B
- WIELICZKA, ul. Szpunarska 20A
- NOWY TARG, ul. Szpitalna 14

NAJNIŻSZE ceny leków w Nowej Hucie

W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN.

Halowi piłkarze z ArcelorMittal mistrzami Polski	➔ str. 5
Karnawał po nowohucku	➔ str. 9
Jest drużyna żużlowa	➔ str. 10
Zimą nad Bałtykiem	➔ str. 14

Poza granicą skargi

Czytaj na stronie 8



DELIKATESY ZIKO

- ✓ Margaryna „Śniadaniowa” 500 g 3,15 - 2,69
- ✓ Pizza „Giuseppe” różne smaki 550 g 8,60 - 5,90
- ✓ Ryż długozłarnisty „Sonko” 1 kg 3,60 - 2,99
- ✓ „Delicje” Wedel 147 g 3,65 - 2,89
- ✓ Sok pomarańczowy „Cappy” 2x1l 5,79

OS. PIASTÓW 60

Dworek Krakowski

BAL KARNAWAŁOWY
13.02.2010

Wesela
Komunie
Chrzcziny
Bankiety
Catering
Pokoje gościnne
Przyjęcia okolicznościowe

501-047-227; 12 645-39-03
Kraków, ul. Łuczanowicka 21

www.dworek-krakowski.pl

196-61 TAXI BARBAKAN
0800 400 400

BARBAKAN nr 1 w KRAKOWIE
RABAT 30%
Promocja Karnawałowa.
RABAT 10% W DZIEŃ
(6:00 - 22:00)
RABAT 20% W NOCY
(22:00 - 6:00)
ZAMÓW TAXI
196-61; 0800 400 400

10% 20%

KREMEDIUM APTEKA

Dogodne miejsca parkingowe oraz dojazd komunikacją miejską:
przystanek „D.H. WANDA”

os. Kazimierzowskie 37
tel. (012) 647 14 48
pon.-sob.: 8:00-22:00
niedziela: 8:00-18:00

Linie tramwajowe:
9, 10, 14, 16, 17, 21, 40.

Linie autobusowe:
125, 132, 142, 152, 172, 425, 502, 512, 604.

Nasze ceny mówią same za siebie!

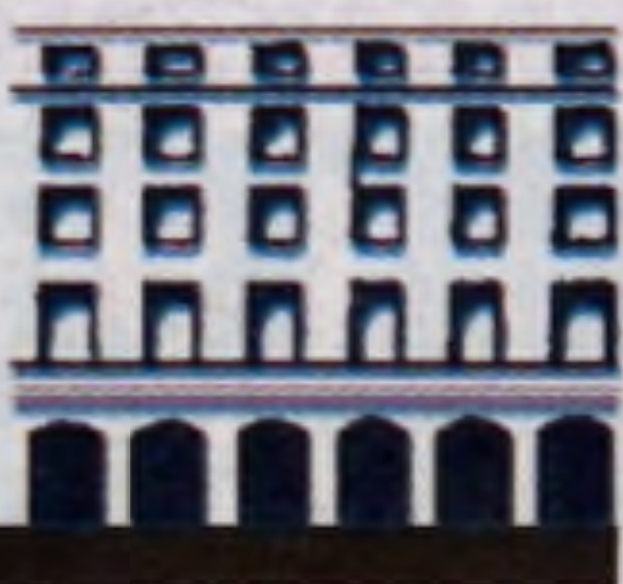
SPRAWDŹ NAS! Tak tanio jeszcze nie kupowałeś!



BIURO OGŁOSZEŃ
Redakcja „Głosu” (NCK)



CENTRUM I OKOLICE



KRÓTKO O DZIELNICY

● Powróciła sprawa wpisania Nowej Huty na listę UNESCO. W 2004 roku nowohucki układ urbanistyczny został uznany za „dobro kultury” i wpisany do rejestru zabytków jako reprezentacyjny przykład socrealizmu w Polsce. Później Rada M. Krakowa zobligowała prezydenta do podjęcia starań o wpisanie tego „dobra” na listę UNESCO. Czas najwyższy finalizować to przedsięwzięcie.

DYŻUR W „GŁOSIE”



Głosy i interwencje Czytelników są inspiracją dla wielu naszych tekstów. Dlatego zapraszamy na nasze dyżury redakcyjne. W najbliższy poniedziałek (8.02) w godz. 10–11 do dyspozycji Państwa będzie red. Jan L. Franczyk.

ZMARLI KRONIKA PAMIĘCI

W rubryce podajemy bezpłatnie imię, nazwisko i wiek Zmarłego. Natomiast na życzenie rodzin zamieścimy dodatkowe informacje.

Józef ADAMCZYK, lat 84
Stanisława BORKOWSKA, lat 89
Jan GIL, lat 91
Janina GIL, lat 78
Tadeusz KASZA, lat 86
Antoni KASZKIEWICZ, lat 54
Antoni KRAWCZYK, lat 74
Marek KUKULKA, lat 53
Kazimierz LAURECKI, lat 81
Zofia LEWANDOWSKA, lat 76
Wanda MACZKA, lat 76
Wojciech PIĄTKOWSKI, lat 47
Marianna PŁOCIENNIK, lat 89
Helena POLIT, lat 100
Józefa SŁOWIK, lat 84
Anna STRZELECKA, lat 66
Władysław SUROWIEC, lat 83
Jan SZYBIŃSKI, lat 78
Katarzyna ŚLIWIŃSKA, lat 74
Bronisława WACH, lat 74
Józef WILK, lat 82
Bernard WOŹNIAK, lat 40
Edward WOŹNY, lat 75
Krystyna WÓJCIK, lat 73

Ogłoszenia zakładów pogrzebowych i nekrologi drukujemy na str. 16.

MPO sprawnie odpiera ataki zimy

SYPNĘŁO ŚNIEGIEM



Zima w tym roku jest wyjątkowo uciążliwa. Po okresie mrozów, przyszedł czas na opady śniegu. W środe sypnęło śniegiem. Jak nas poinformował Jacek Sobczyk, kierownik Wydziału Oczyszczania w MPO Sp. z o.o., Zarząd Infrastruktury Komunalnej i Transportu zamówił w tym dniu cały sprzęt będący w dyspozycji MPO dla Obszaru III obejmującego aglomerację nowohucką. Na ulice zatem wyjechało 16 solarek i 3 piaskarki. Natomiast na chodniki, za które odpowiada Gmina, wyjechały 4 ciągniki i 2 jednostki do obiektów inżynierskich. MPO jest przygotowane do odpierania ataków zimy. Na składach jest zapas 2 tys. ton soli oraz 200 ton piasku. Do końca stycznia MPO już zu-

żyło 7,5 tys. ton soli, 600 metrów sześciennych solanki oraz 380 ton piasku. W razie potrzeby zapasy mogą być szybko uzupełnione, gdyż MPO na ten sezon zamówiło 15 tys. ton soli w Kłodawie. Przypominamy numer telefonu do Sztabu Akcji Zima, który mieści się w ZIKiT – 12 616 74 43. Można tam interweniować w sprawach utrudnień spowodowanych zimą na terenach, za które odpowiada Gmina Kraków. Przypominamy, że za chodniki przy budynkach i drogi lokalne odpowiadają właściciele nieruchomości i ich zarządcy. W razie zagrożeń na tych terenach prywatnych należy interweniować w Straży Miejskiej, która ma obowiązek dyscyplinować właścicieli do odśnieżania chodników i ulic lokalnych. (sp) Fot. autor

SPROSTOWANIA

W ostatnim numerze chochlik nieco poszalał w „Głosie”. W informacji „W Klubie Seniora” na str. 6 zmienił nazwę organizacji, w której działa Elżbieta Pyka. Jest ona przewodniczącą Oddziału Kraków Nowa Huta Mistrzejowice w Małopolskim Związku Emerytów, Rencistów i Osób Niepełnosprawnych, a nie PZERiI. Natomiast w informacji na str. 15 „W Dworcu Krakowskim” oczywiście chodziło o posła na Sejm RP Zbigniewa Wassermanna. Czytelników i zainteresowanych przepraszamy. (mp)



ZARZĄDCA NIERUCHOMOŚCI

ADM-1 „Krowodrza” Sp. z o.o.

Kraków, ul. L. Rydla 7
Nowa Huta, os. Uroczę 4
Tel. 12 637-27-01

www.zarzadcanieruchomosci.krakow.pl

e-mail: adm1@zarzadcanieruchomosci.krakow.pl

rozsądne warunki współpracy

GŁOS

TYGODNIK
NOWOHUCKI

Redaktor naczelny: Jan L. Franczyk. Redaguje zespół. Telefon red.: 643-44-33. Faks 643-66-33. E-mail: redakcja@glos-tn.krakow.pl. Adres: al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków. Wydawca: „Graf-Press” sp. z o.o. Kraków. SKŁAD, ŁAMANIE: „Graf-Press”. DRUK: DRUKARNIA POLSKA Sp. z o.o., ul. Centralna 51, 31-586 Kraków. Nr indeksu: 358835. ISSN: 1231-8582. Redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść zamieszczanych ogłoszeń.

WIEJSKI ZAKĄTEK

Okolice, ul. GUSTAWA MORCINKA, os. Zesławice

GOTOWE MIESZKANIA WŁASNOŚCIOWE



Zimowa obniżka cen

- ▶ kameralne osiedle trzech budynków, miejsce idealne dla osób lubiących ciszę i spokój,
- ▶ mieszkania dwupiętrowe o powierzchni 86, 67 - 87, 67 m² cena promocyjna 4 230 zł/m² brutto
- ▶ w cenie mieszkania:
 - komórka lokatorska
 - balkon
 - parking ogólnodostępny dla mieszkańców
- ▶ teren ogrodzony
- ▶ plac zabaw dla dzieci
- ▶ sprawdzony inwestor
- ▶ w planach zagospodarowania:
 - teren przeznaczony pod budownictwo mieszkaniowe
 - planowany rozwój infrastruktury drogowej
 - zapewni szybki i bezkolizyjny dojazd do centrum Krakowa



TBS „Krak-System” S.A.
ul. Śliwkowa 6, Kraków 31-982
tel. 12/ 644 99 88, 642 02 20
www.krak-system.com.pl

JUNKERS VAILLANT

✓ ARISTON ✓ BERETTA
✓ TERMET ✓ DUVAL

- ◆ OSZCZĘDNOŚCIOWE PIECE ŁAZIENKOWE i C.O. (gazowe i elektryczne)
- ◆ INSTALACJE SANITARNE i C.O.
- ◆ GRZEJNIKI ◆ RURY ◆ ZAWORY ◆ BATERIE

MONTAŻ i TRANSPORT – GRATIS

F.H.U. „RELAX” 648-46-19, 0502 587-520
os. Niepodległości 3 (obok Pizza Hut) **NAJNIŻSZE CENY**

NAPRAWY
KONSERWACJE

JUŻ OD
699 zł

BALBUD

www.bal-bud.com.pl

BULWAROWA 33a tel. 48 12 680 54 45 fax 48 12 686 00 36 kom. 513 091 762

SPRZEDAŻ MIESZKAN



BUDOWA ROZPOCZĘTA

tylko teraz 4999 zł/m²

OSTATNIE MIESZKANIA!

**Apartamenty
Nad Zalewem
w Nowej Hucie**
ul. Wojciechowskiego

PIERWSZA I JEDYNA INWESTYCJA W TYM REJONIE REKREACYJNYM

NAGRODZENI NA FESTIWALU

Podczas tegorocznych ferii zimowych w dniach 18 – 29 stycznia w Nowohuckim Centrum Kultury odbył się XVII Festiwal Teatrów dla Dzieci Kraków 2010. Spektakle oglądało ok. 5000 dzieci. W plebiscycie na najciekawszy spektakl wygrała bajka pt.: "Przygody Rozbójnika Rumcajsa" w wykonaniu Teatru DZIECI ZAGŁĘBIA im. Jana Dormana z Będzina. Drugie miejsce zajął spektakl pt. "Tygrys Pirotek" w wykonaniu Śląskiego Teatru Lalki i Aktora ATENEUM z Katowic. Wśród uczestników Festiwalu rozlosowano nagrody-niespodzianki. Nagrodzeni zostali: Jadzia Kowalczyk, Szymon Bielas, Dominika Kaczmarek, Miłosz Baran, Maja Stokłosa, Krzysztof Stępień, Dominika Tomal, Alicja Sikorska, Zuzia Popardowska, Joanna Raczyńska. „Kolorowe niespodzianki” można odbierać w Nowohuckim Centrum Kultury przy al. Jana Pawła II 232 w pokoju 013, od poniedziałku do piątku, w godz. 10–14. (mp)

PROBOSZCZ „ARKI” PRAŁATEM

Proboszcz nowohuckiej Arki Pana, ks. Edward Baniak, został uhonorowany przez Stolicę Apostolską tytułem prałata. Nominacja ta stanowi wyraz uznania dla zasług ks. Edwarda Baniaka, który już 38 rok jako kapłan służy polskiemu Kościołowi.



Wyświęcony w 1972 roku, jak sam o sobie powiedział – był dwa razy wikarym i trzy razy proboszczem: w latach 1978–1989 w Brzeszczach, następnie w Myślenicach, a od 1995 roku w Arce Pana. Przez te lata wybudował pięć kościołów oraz trzy ołtarze i bramy papieskie. „Zdolny do rzeczy niezwykłych” – mówią o nim parafianie. „Szczery do

bólu” – podsumowuje go młodzież. Ks. Edward Baniak to nie tylko budowniczy kościołów, ale także doskonały mówca i troskliwy gospodarz, który systematycznie remontuje dach, schody, elewacje ścian, salki katechetyczne, ołtarz polowy, dom sióstr, zmienia ławki, nagłośnienie, ogrzewanie i upiększa teren wokół Arki Pana. Dwa lata temu przeprowadził kosztowny remont generalny organów, a jesienią ubiegłego roku, w bardzo krótkim czasie, przygotował miejsce na placu kościelnym i zamontował pomnik Jana Pawła II – dar włoskiego rzeźbiarza Carlo Balljana. Była to wielka niespodzianka dla parafian. Lecz przede wszystkim ks. proboszcz Edward Baniak dba o tworzenie wspólnoty parafialnej, tak aby nie była ona grupą anonimowych ludzi. Dbą też o kult Matki Bożej Fatimskiej. W sanktuarium bieżącym w dzień powszedni odprowadzanych jest 8 mszy świętych i na każdej z nich jest zawsze sporo wiernych.

Za tę właśnie wyjątkowo owocną pracę duszpasterską oraz za wszystkie dzieła, których dokonał i wciąż dokonuje, ks. Edward Baniak mianowany został prałatem. To bardzo prestiżowa i wysoka godność w Kościele, której gratulujemy, życząc Księdzu Prałatowi wszelkiej pomyślności. (mm)

Fot. Tadeusz Palka

**NIERUCHOMOŚCI
FIRMA „GARRET”**

DH Wanda, ul. Broniewskiego 1,
tel. 012 642-59-10/11,
0502-310-161,
biuro@garret.pl

licencjonowane biuro
z 13-letnim doświadczeniem

ubezpieczenie OC

regulacja stanów prawnych

kredyty

**PRZYKŁADOWE OFERTY SPRZEDAŻY,
CENY WYWOŁAWCZE:**

Jednopokojowe:
Kalinowe, 25 m² – 140 000
Teatralne, 25 m² – 158 000
Piastów, 29 m² – 170 000
Fiołkowa, 23 m² – 195 000
Ugórek, 29 m² – 195 000
Kombatantów, 29 m² – 200 000
Kolorowe, 35 m² – 210 000
Oświecenia, 37 m² – 220 000
Dyvizjonu, 34 m², nowe – 235 000
Boh. Września, 37 m² nowe – 242 000
Kasztel, 35 m² – 250 000
Mistrzejowice, 75 m², 4 pok. – 305 000
(sprzedaż lub zamiana na mniejsze)

Dwupokojowe:
Kazimierzowskie, 38 m², c.k. – 190 000
Albertyńskie, 36 m², j.k. – 193 000
Albertyńskie, 38 m², c.k. – 195 000
Wandy, 36 m² – 205 000
Strusia, 37 m², c.k. – 212 000
Kościszowskie, 39 m², j.k. – 220 000
Ogrodowe, 40 m², j.k. – 220 000
Centrum D, 37 m² – 229 000
Kościszowskie, 39 m², j.k. – 250 000
Hutnicze, 44 m², z garażem – 270 000

Młodości, 51 m², poddasze – 270 000
Drugiego Pułku, 51 m² – 270 000
Ogrodowe, 56 m² – 290 000

Trzypokojowe:
Tysiąclecia, 47 m² – 270 000
Złotego Wieku, 47 m² – 299 000
Francesco Nullo, 45 m² – 300 000
Mistrzejowice Nowe, 74 m² – 310 000
Złotego Wieku, 58 m² – 345 000
Młodości, 76 m² – 380 000
Śliwkowa, 63 m² – 350 000
Młodości, 76 m² – 380 000

Domy
Czyżyny, 80 m² – 350 000
Bibice, 160 m² – 480 000
Mistrzejowice, 160 m² – 530 000
Na Stoku, 360 m² – 699 000
Podbieliły, 60 m² – 220 000
Skawina, 220 m² – 350 000
Gm. Kocmyrzów, 0,5 ha – 230 000,
grunt
Żarnowica, 3,5 ha – 100 000, grunt
Branice, 27 a, komercja – 185 000

Duży wybór ofert zamian

PRZYKŁADOWE OFERTY KUPNA

Zaprosz pośrednika na niezobowiązującą rozmowę, wycenę!

Jednopokojowe:
Garsoniera, Kazimierzowskie
– do 150 000
Bieżące, do 30 m² – do 160 000
Kombatantów, do 40 m² – do 200 000
Stara Huta, do 37 m² – do 220 000

Dwupokojowe:
z j.k. i balkonem – do 230 000
Tysiąclecia, do 40 m² – do 230 000

Stara Huta, do 60 m² – do 260 000
Wysokie, powyżej 40 m²

Trzypokojowe
Mistrzejowice, do 60 m²
– do 320 000
Albertyńskie – do 300 000
Czyżyny – do 400 000
Plac Centralny, duże – do 360 000

Więcej ofert na www.garret.pl

**Biuro rekomendowane przez Małopolskie Stowarzyszenie
Pośredników w Obrocie Nieruchomościami oraz Polską
Federację Rynku Nieruchomości**

Zarząd Koła PZW HTS zaprasza wszystkich członków Koła
na **Walne Zebranie Sprawozdawcze**
za rok 2009,
które odbędzie się 14.02.2010 r., o godz. 9.00
w ArcelorMittal Poland S.A., bud. „Z”, sala nr 157

„KOŁĘDNICY” U BRATA ALBERTA

24 stycznia br. w auli Jana Pawła II przy parafii św. Brata Alberta na os. Dywizjonu 303 odbył się, już kolejny, wieczór kolęd zorganizowany przez członków Akcji Katolickiej i Odnowy w Duchu Świętym.

Mimo 22 stopni mrozu śpiew kolęd rozgrzał wszystkich uczestników tego wyjątkowego spotkania. Elżbieta Terlecka, wirtuoz skrzypiec, muzyk i pedagog, zaprosiła przyjaciół, którzy śpiewem i muzyką ubogacili wieczór. Aktorzy Teatru „Stańczyk” zaprezentowali pastorałkę „Idą kolednicy” do tekstu Włodzimierza Tetmajera „Bóg się rodzi, moc truchleje”. Na 25 minut wszy-

Wacyra, Julia Augustyniak i Krystyna Szpiech.

Teatr „Stańczyk” powstał w roku 2002 przy Fundacji Sztuki Osób Niepełnosprawnych z inicjatywy Sławy Bednarczyk, Grupę teatralną tworzą aktorzy profesjonalni, ludzie zakochani w scenie, osoby niepełnosprawne (z talentem aktorskim) oraz dzieci i młodzież. Obok działalności artystycznej



scy przenieśli się do wnętrza góralskiej chałupy, gdzie rozbrzmiewała muzyka i góralska gwara, słowa kolęd myśli widzów uniosły ku niebu. Aktorzy, ubrani w piękne góralskie stroje – obraz niepowtarzalny. Sprawili, że zebrani odnieśli wrażenie, że w tym roku Chrystus urodził się w góralskiej izbie pod Zakopanem. Spektakl barwny, przekazany góralszczyzną, na wskroś zgodny z tradycją, opowiadał o radości z przyjscia na świat Pana oraz o zwyczajach koledniczych na polskiej wsi – szkoda, że zanikających. Koledników zaprosiła aktorka Teatru „Stańczyk”, członkini Akcji Katolickiej, Alicja Kondraciuk. Sztukę wyreżyserowała Sława Bednarczyk, a w spektaklu udział wzięli: Alicja Kondraciuk, Sława Bednarczyk, Maciej Ferlak, Stanisław Zajac, Karol Augustyniak, Zofia Karwat, Halina

teatr pełni też funkcję integracyjną i terapeutyczną. Do tej pory zaprezentował m. in. spektakle: „Naprawiacz świata” według Thomasa Bernharda, „Rzecz o niepodległości”, „Dzieci Europy”, Brat Albert – nieumilowany umiłował”, „Ksiądz Jerzy – świadek prawdy”, „Wszyscy jesteśmy Odysami”. Wystawiał je m. in. w Teatrze „Zależnym” Politechniki Krakowskiej, na Scenie „Moliere”, w Jamie Michalika, w Muzeum Żup Solnych w Wieliczce, a także na Festiwalu Teatralnym w Kijowie.

Swoją styczniową pastorałkę, jako nieco spóźniony prezent urodzinowy, aktorzy zadedykowali ks. prałatowi Janowi Bielańskiemu, w żylach którego nadal płynie góralska krew, chociaż od dziesięcioleci związał się on z Nową Hutą oraz jej bogatą historią.

Tekst i fot.: Stanisław Wójcik

4 listopada ubiegłego roku Rada Miasta Krakowa podjęła uchwałę w sprawie wzniesienia w naszym mieście pomnika poświęconego pułkownikowi Ryszardowi Kuklińskiemu. W odpowiedzi na szereg protestów w sprawie lokalizacji pomnika na skwerze pomiędzy os. Centrum E a

Tydzień Gdzie stanie pomnik?

Nowohuckim Centrum Kultury, Rada Miasta zdecydowała o konieczności przeprowadzenia w tej sprawie konsultacji społecznych. W jej ramach inicjatorzy wzniesienia pomnika wraz z przedstawicielami Urzędu Miasta Krakowa wytypowali pięć możliwych lokalizacji. Teraz w tej sprawie mają wypowiedzieć się mieszkańcy Krakowa. Urząd Miasta przygotował specjalną ankietę, która publikowana jest w Dzienniku Polskim, dwutygodniku miejskim Krakow.pl oraz w Głosie – Tygodniku Nowohuckim (ankietę publikujemy na str. 15). Pod koniec lutego lub na początku marca przekonamy się, która lokalizacja cieszy się największym poparciem mieszkańców. Wtedy też Rada Miasta Krakowa podejmie decyzję w sprawie wskazania konkretnego miejsca pod pomnik.

Ostatnim elementem przygotowań będzie przeprowadzenie otwartego konkursu (również postulowanego przez wiele środowisk) na kształt pomnika, który dostosowany zostanie do charakteru przestrzeni wybranej w drodze konsultacji społecznych.

W sprawie wyboru lokalizacji możemy wypowiedzieć się wszyscy. Warto skorzystać z tej szansy.

Jan L. FRANCZYK

ZDZISŁAW BŁACHNIK

Podharcemistrz Zdzisław Błachnik jest związany z Nową Hutą od samego urodzenia. Przed 1955 rokiem, kiedy to przyszedł na świat, jego rodzice mieszkali w hotelach robotniczych na osiedlu Młodości, a później dostali mieszkanie w Centrum A. Do dzisiaj wspomina gołębnik, który ojciec tam założył. Hodował prawie 300 gołębi. Zamiłowania ornitologiczne pozostały ojcu także i wtedy, gdy w 1965 roku przeprowadzili się na osiedle Kazimierzowskie, gdzie w jednym pokoju trzymał 150 kanarków. Oprócz ptaków w jego rodzinnym domu były również psy, koty, rybki, chomiki i zawsze dużo się działo.



Pan Zdzisław od najmłodszych lat lubił majsterkować, interesował się elektroniką, fotografią i modelarstwem. Miał szczęście, bo w Szkole Podstawowej nr 115 jego nauczycielem techniki był Stanisław Dudek, wychowanek domu dziecka, znajdującego się kiedyś przy ulicy Fatimskiej. Pod jego kierunkiem wraz z innymi chłopakami robili różne zabawki dla dzieciaków z tego domu dziecka. Zdzisław zaprojektował i wykonał między innymi samochód ciężarowy Star 25. Zawsze był przewodniczącym klasy, rozrabiakiem, ale i świetnym uczniem. Ukończył z wyróżnieniem Technikum Mechaniczne w Nowej Hucie. Od 1966 roku należy do harcerstwa, już wtedy prężnie działającego przy Szkole Podstawowej nr 115. Przeszedł wszystkie stopnie wtajemniczenia, zdobył tyle sprawności, że nie mieściły mu się one na rękawie harcerskiego munduru. W latach 1976 – 78 był komendantem Szczępu „Bartoszewcy”. Od 44 lat wciąż jest związany z harcerstwem – ostatnio jako kwatermistrz „Bartoszewców” – czyli osoba odpowiedzialna za logistykę wszystkich harcerskich imprez, obozów i wyjazdów. Razem z komendantem szczępu – hm. Zbigniewem Babiuchem na pierwszym miejscu stawiają dobro dziecka i jego bezpieczeństwo. Zdzisław Błachnik współorganizował i sam uczestniczył w ponad 100 obozach w kraju i za granicą oraz w wielu biwakach. Do ich szczępu należą uczniowie z SP 101, SP 86 i z Gimnazjum 41. W życiu zawodowym miał się licznych zajęć, pracował w różnych zakładach pracy związanych z mechaniką, budownictwem i samochodami. Od pięciu lat jest konserwatorem w SP nr 101. Potrafi zaskoczyć wszystkich rozmaitymi niespodziankami, typu pozytywka przy drzwiach wejściowych do szkoły, wielkie sanki dla św. Mikołaja w stołówce szkolnej, czy karmnik dla ptaków przed szkołą. Wszyscy w szkole i w harcerstwie wiedzą, że pan Zdzisław jest nie tylko „pogotowiem technicznym”, „złotą rączką”, ale i zapalonym komputerowcem – potrafi usunąć większość komputerowych awarii, odzyskać dane z dysku i złożyć z części nowy komputer. Umie rozwiązywać nawet skomplikowane zadania matematyczne i fizyczne. Jest bardzo dobrym człowiekiem – jeśli tylko może komuś pomóc – chętnie to czyni.

Można go często spotkać na spacerze z białym szpicem, suczką Azą, która jest jego nieodłączną towarzyszką. Nie hoduje w domu ptaków, ale za to w dużym akwarium jego ukochana córka Zuzanna dochowała się ponad 100 rybek. 12-letnia Zuza, podobnie jak jej tata należy do harcerstwa, prowadzi już zastęp i być może pójdzie w jego ślady. Oboje grają na gitarze i mają wiele wspólnych zainteresowań. Każdą wolną chwilę pan Zdzisław spędza nad zalewem łowiąc ryby. Mówi, że ma teraz tylko jedno marzenie – chciałby zimą wyjechać na Mazury i łowić ryby w przerebli. **AL**

KOREPETYCJE, MATEMATYKA

Tel. 12 644-00-14, 507 869 805

**SZKOŁA PODSTAWOWA,
GIMNAZJUM, LICEUM**

„Utalentowane...” zimowisko

KONIEC MAŁOPOLSKICH FERII

Zima tego roku dopisała jak nigdy. Najbardziej z tego stanu rzeczy cieszyli się dzieci. Na górskich stokach zaległa gruba warstwa śniegu – wspaniałe warunki do szusowania na nartach i sankach. W połowie stycznia dzieci i młodzież z województwa małopolskiego (w tym dzieci hutników z ArcelorMittal) wyjechały w góry na obozy i zimowiska organizowane przez Biuro Podróży „Galeon” do Białego Dunajca, Zawoi i Korbiewowa. Wszystkie turnusy już się zakończyły, obozowicze wspominają teraz wspaniały czas, kiedy oprócz zjazdów i slalomów na nartach (na każdym turnusie uczył ich 1 lub 2 instruktorów narciarskich!), bitwy śnieżnej, kuligu na prawdziwych sianach górskich i ogniska z pieczeniem kiełbasy oraz dyskotek, brali udział w specjalnie przygotowanych przez znakomitą kadrę konkursach. Oprócz tradycyjnych ulubionych konkursów (jak konkurs fryzur, makijażu i mody, bal przebierańców,



„guma” itp.) np. w Białym Dunajcu odbył się konkurs „Mam Talent”. W skład jury weszli wychowawcy: pan Marcin jako Jakubek Wojewódka, pani Mariola jako Megi Foremka, pani Ania jako Agnes Chyrlńska. Rolę konferansjera pełnił Kamil Kroczyk. Swoim „niewątpliwym” talen-

tem popisywali się m. in.: 1 mim, co robił miny, 3 chłopców, którzy odbijali raketkami piłeczki do ping-ponga, 1 akrobatka (stanie na rękach i szpagat), 2 duety śpiewające oraz 1 grający na flecie (kiedy odegrał hymn KS Wisła, nawet p. Marcin z komisji stanął na baczność i większość chłopców też). Wszyscy tak wczuli się w swoje role, że momentami trzeba było ostudzać atmosferę. Nie trzeba dodawać, że wszyscy poumawiali się już na wakacje i na przyszłe ferie, najlepiej z tymi samymi wychowawcami...

PS Biuro Podróży „GALEON” zostało laureatem konkursu „ODYS” za **NAJLEPSZĄ OFERTĘ WŁASNĄ W TURYSTYCE MŁODZIEŻOWEJ**. Do konkursu starowało ponad 140 obiektów z Małopolski. „Galeon” został zgłoszony przez klientów biura. Biuro było także nominowane i przeszło do II etapu konkursu „ODYS 2007” w kategorii „Za najlepszą ofertę własną w turystyce wyjazdowej krajowej i zagranicznej”.



BIURO PODRÓŻY „GALEON”

Biuro Podróży „GALEON”, 31-959 Kraków, os. Górali 5.
Telefon 012 642-26-20, tel. kom. 606-394-103.
www.galeon.krakow.pl,
e-mail: galeon@galeon.krakow.pl



Przedsiębiorstwo Transportu Samochodowego S.A. zaprasza do Okręgowej Stacji Kontroli Pojazdów oraz Serwisu Mechaniki Pojazdowej przy ul. Mrozowej 6 w Krakowie. Zapewniamy fachową obsługę i konkurencyjne ceny. Oferujemy m.in.:

- badania techniczne i przeglądy rejestracyjne
- przeglądy okresowe
- usługi z zakresu mechaniki pojazdowej
- wulkanizację i naprawę opon.

Okręgowa Stacja Kontroli Pojazdów jest czynna od 7.00 do 21.00, a Serwis Mechaniki Pojazdowej od 7.00 do ostatniego klienta! Dogodna lokalizacja – jedyne 200 m od bramy głównej Kombinatu i swobodny dostęp – PTS leży poza zamkniętym obszarem krakowskiej huty!

KONTAKT:

☎ 12 390-32-09 e-mail: serwis@pts.auto.pl



PIŁKARZE Z KRAKOWSKIEJ HUTY MISTRZAMI POLSKI HUTNIKÓW

Krakowska drużyna TKKF ArcelorMittal Poland wywalczyła tytuł Mistrza Polski na XXVII Międzynarodowych Halowych Mistrzostwach Polski Hutników w Piłce Nożnej, które odbyły się w ostatnich dniach stycznia w Zawierciu. Drugie miejsce zajęła Metalurgia Radomsko, a trzecie – Stalprodukt S.A. z Bochni. Poprzednim razem piłkarze z krakowskiej huty – wtedy jeszcze Huty im. T. Sendzimira – stali na najwyższym podium w 1997 roku.

Organizatorem mistrzostw od 27 lat jest huta Zawiercie. Od 2006 roku impreza ma charakter międzynarodowy. Oprócz reprezentacji krajowych hut, których właścicielami są także zagraniczne koncerny, biorą w nich udział drużyny z Czech, Słowacji i Chorwacji. W poprzednich latach w mistrzostwach w Zawierciu startowało ponad 30 zespołów.

W tym roku, poza gospodarzami i broniącym tytułu Mistrza Polski Stalprofilem, do udziału w Mistrzostwach zgłosiło się 14 zespołów reprezentujących huty i zakłady branży metalowej. W wyniku losowania zgłoszone drużyny podzielono na 3 grupy eliminacyjne, a do dalszych gier awansowały po dwie najlepsze drużyny w grupie. Razem z gospodarzami i zeszłorocznym mistrzem utworzyły one ósemkę ćwierćfinalistów.

W zawodach wzięły udział dwie drużyny ArcelorMittal: z Sosnowca i Krakowa. Obydwie znalazły się w wyniku losowania w grupie trzeciej, mając za przeciwników zespoły Huty Miedzi Legnica, Odlewni Żeliwa Śrem oraz CMC Sisak z Chorwacji. Już w pierwszym meczu w grupie trzeciej doszło do derbowego pojedynku drużyn ArcelorMittal. Zwycięstwo 8:3 odniosła drużyna krakowskiego oddziału, a bramki zdobyli: Korfel 2, Zięba 2, Maśnica 2, Krawczyk i Pieńkowski. W drugim spotkaniu krakowianie spotkali się z drużyną Huty Miedzi Legnica, zwyciężając po bardzo dobrym, wyrównanym pojedynku 2:1, a obie bramki zdobył Mielec.

Trzeci kolejny pojedynek hutnicy z Krakowa rozegrali z reprezentacją Odlewni Żeliwa ze Śremu, którą pokonali 4:1, a bramki strzelili: Mielec, Bizoń, Kornio i Krawczyk. W ostatnim meczu grupowym przeciwnikiem krakowskiego zespołu była drużyna z Chorwacji CMC Sisak. Zwyciężyła drużyna z Krakowa 3:1, a gole zdobyli: Mielec, Bizoń i Korfel. Zwycięstwa nad drużyna-

mi Legnicy i chorwackiego Sisaka były rewanżem za pechowe przegrane rzutami karnymi w poprzednich mistrzostwach. Tak więc zwycięzca grupy trzeciej została drużyna ArcelorMittal Kraków, wyprzedzając Hutę Miedzi Legnica, i te dwa zespoły awansowały do dalszych gier.

W niedzielę rano rozpoczęły się mecze ćwierćfinałowe w dwóch grupach. Reprezentacja krakowskiego oddziału ArcelorMittal trafiła do grupy pierwszej, mając za przeciwników Alumental Kęty S.A., HW Pietrzak Holding Sp. z o.o. oraz ubiegłorocznego Mistrza Polski Stalprofil z Dąbrowy Górniczej. W pierwszym spotkaniu krakowianie pokonali zespół Alumental Kęty 3:1, po bramkach Mielca, Bizonia i Stanuli. Drugi swój pojedynek reprezentacja ArcelorMittal rozegrała z obrońcą tytułu Stalprofilem: po bardzo dobrym spotkaniu, stojącym na wysokim poziomie sportowym, zwycięstwo odniosła drużyna krakowska, po bramkach Bizonia – 2 i Mielca. Był to udany rewanż za ubiegłoroczną porażkę 2:3 w spotkaniu półfinałowym.

Po tych efektownych zwycięstwach, mając już zapewniony awans do półfinału, krakowianie potraktowali ostatni mecz bardziej ulgowo, a mimo to wygrali z drużyną Pietrzak Holding 5:3. W tym meczu gole zdobyli: Mielec 2, Bizoń, Pitula i Korfel. Drugim półfinalistą z tej grupy została drużyna Stalprofilu, a o jej zwycięstwie zdecydowały rzuty karne, gdyż mecz z Alumentalem zakończył się remisem.

Z grupy drugiej do półfinału awansowały zespoły Metalurgii Radomsko i Stalproduktu z Bochni. W meczach półfinałowych spotkały się drużyny ArcelorMittal Kraków i Stalprodukt Bochnia oraz Metalurgia Radomsko ze Stalprofilem. W pierwszym półfinale doszło do derbowego pojedynku drużyn Małopolski. Po bardzo dobrym meczu zwyciężyli krakowianie 4:1, co dało drużynie hutników awans do fina-

łu. Bramki w tym meczu strzelali: Bizoń, Mielec i Pitula. W drugim półfinale Metalurgia pokonała Stalprofil 3:1. W walce o trzecie miejsce zwyciężyła 1:0 drużyna Stalproduktu, zdobywając brązowy medal.

Finał XXVII Mistrzostw Polski to bardzo dobry pojedynek godnych siebie rywali: reprezentacji ArcelorMittal Kraków i Metalurgii Radomsko. Po bardzo dobrym meczu zwyciężyła drużyna krakowskiego ArcelorMittal 2:0, a bramki zdobyte przez Mielca i Bizonia były ozdobą tego pasjonującego spotkania.

Tak więc Mistrzem Polski Hutników w halowej piłce nożnej na rok 2010 została reprezentacja krakowskiego oddziału ArcelorMittal.

Na zakończenie Mistrzostw organizatorzy oraz kierownicy i trenerzy drużyn biorących udział w meczach finałowych wybrali wyróżniających się zawodników. Znaleźli się wśród nich zawodnicy krakowskiej drużyny. **Dariusz Mielec uznany został za najlepszego zawodnika XXVII Mistrzostw Polski Hutników, a Grzegorz Bizoń został królem strzelców.**

Reprezentacja krakowskiego oddziału ArcelorMittal Poland za zdobycie I miejsca otrzymała okazały puchar, który wręczył jej prezydent miasta Zawiercia. Drugi puchar krakowianie otrzymali od Śląskiego Związku Piłki Nożnej, a trzeci od przewodniczącego związków zawodowych MSNZZ.

Krakowska drużyna uhonorowana została również Pucharem FAIR PLAY za swoją bardzo dobrą postawę sportową podczas Mistrzostw.

Drużyna TKKF ArcelorMittal Poland Oddział w Krakowie, którą poza macierzystą firmą wspierał krakowski NSZZ Pracowników ArcelorMittal Poland, grała w składzie: Krzysztof Król, Michał Starmach, Damian Korfel – kapitan drużyny, Sebastian Zięba, Grzegorz Bizoń, Wojciech Pitula, Robert Stanula, Robert Pieńkowski, Piotr Maśnica, Piotr Krawczyk, Paweł Kornio i Dariusz Mielec. Kierownikiem drużyny była Łucja Kumpicka, a opiekunami Kazimierz Pyż, Krzysztof Zięba i Janusz Czechowski.

Relacjonował: Kazimierz Pyż

HALOWY TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ OLDBOYS

14 lutego br. TKKF Mittal organizuje Halowy Turniej Piłki Nożnej OLDBOYS'2010 o Puchar Prezesa Zarządu. Informacji udziela i zgłoszenia drużyn do turnieju przyjmuje Kazimierz Pyż, tel.

600 360 653, do dnia 10 lutego br. W tym dniu, o godz. 14.30 w siedzibie TKKF w os. Stalowym 16 odbędzie się losowanie turnieju.

GRUZ I STARE KANAPY DO LAMUSOWNI

Spacerując i relaksując się po pracy niestety często na swojej drodze możemy napotkać nielegalne wysypiska śmieci. Na jednym z nich, jak widać na zdjęciu, padający śnieg nie zdołał przykryć sterty starych mebli. Odpady te ktoś wyrzucił na osiedlu Piastów, przy ul. Powstańców, 20 m zaraz za znakiem – „zakaz wysypywania śmieci i gruzu”.

Jest jednak szansa, że miejsca takie jak dzikie składowisko w os. Piastów przestaną straszyć w Krakowie. Stare meble, gruz budowlany, odpady, których nie wolno wyrzucać do tradycyjnych koszy, już w przyszłym roku będzie można wywieźć do lamusowni. Przetarg na budowę pierwszej lamusowni przy ul. Nowohuckiej zostanie ogłoszony przez Zarząd Infrastruktury



Komunalnej i Transportu. W Krakowie ma docelowo powstać siedem takich miejsc. Aktualnie wywóz odpadów wielkogabarytowych to w Krakowie

prawdziwy problem. Trzeba albo długo czekać (akcja „Wystawka” organizowana jest w mieście co pół roku), albo zapłacić nawet kilkaset zł.

Korozja to jeszcze jedno zagrożenie dla metalu, co prawda bardziej w klimacie ciepłym niż zimnym, gdyż mróz niewątpliwie zmniejsza tempo korozji. Procesy degradacyjne wprawdzie nadal zachodzą, ale znacznie wolniej. Za to nawet niewielki wzrost temperatury przyspiesza każdą reakcję. Rdzewienie karoserii samochodowej również.

ZIMOWE PARKOWANIE

W temperaturze powyżej 700 st. C (na plusie) te procesy przebiegają bardzo szybko – obserwujemy to w przypadku słabą wygrzewanego w temp. 1250°C. np. w piecu pokrocznym walcowni gorącej. Warstwa zgorzeliny (efekt korozji) tworzącej się na słabiej przebiegającym w piecu około trzech godzin, ma już około 1 mm.

Korozję metalu przyspiesza również wilgoć. Gdy podczas mrozu roztwór wodny zamara, spowalnia proces korozji elektrochemicznej, najczęściej powodowanych przez roztwory soli. Ale wystarczy wzrost temperatury i proces ten uaktywnia się. Gdy temperatura podnosi się o 10 stopni, korozja przyspiesza – przebiega dwa razy szybciej. Nie darmo więc mówi się że samochód stojący w garażu na co dzień szybciej ulega korozji niż ten garażujący pod chmurką – tłumaczy Romuald Lipiec lider w Biurze Jako-

ści i Rozwoju Produktu ArcelorMittal Poland w Krakowie.

Dlatego tak ważny, w przypadku hutniczego stalowego produktu, jest sposób składowania. letnią i zimową porą. Przy obniżeniu temperatury na metalu kondensuje się wilgoć tworząc niejako roztwór wodny. Szczególnie dotyczy to blach i taśm ocynkowanych. Najbardziej niebezpieczne są wahania temperatury, także w dodatniej temperaturze, bo to powoduje kondensację wilgoci pomiędzy arkuszami w paczce blachy, czy zwojami taśmy zwiniętej w kęgach z utrudnionym dostępem powietrza. co jest szczególnie niebezpieczne właśnie podczas składowania.

W przypadku blach ocynkowanych ogniowo mówimy wówczas o występowaniu tzw. białej korozji powłoki cynkowej. Toteż z każdą paczką blachy klient dostaje też informacje na temat sposobu składowania produktu.



KRS 0000052378

Wielu może więcej

Podaruj sobie 1%



Hutnicza Fundacja Ochrony Zdrowia i Pomocy Społecznej oraz NZOZ „Mark – Med”

zapraszają wszystkich mieszkańców w dniu 12 lutego 2010 roku (piątek)

na bezpłatne badania i specjalistyczne konsultacje lekarskie

w godz. od 13.00 do 19.00:

- ✓ laryngologiczne ✓ reumatologiczne ✓ dermatologiczne
- ✓ internistyczne ✓ USG jamy brzusznej z konsultacją internistyczną ✓ badanie spirometryczne z oceną pulmonologa ✓ badanie EKG ✓ porada dietetyczna

oraz w godz. od 14.00 do 19.00:

- ✓ chirurgiczno-ortopedyczne z konsultacją rehabilitanta
- ✓ psychiatryczne

do Przychodni Lekarskiej, os. Uroczę 2

Rejestracja telefoniczna: 012 64 42 474 lub 012 68 05 510

PAMIĘCI JANINY STRZEMBOSZ

7 lutego (niedziela), o godz. 18.00, w sali teatralnej Nowohuckie Centrum Kultury organizuje uroczysty koncert poświęcony pamięci profesor **Janiny Strzembosz** – uczennicy **Isadory Duncan**, pianistki i tancerki, dyrygentki i recenzentki muzycznej, wykładowcy teorii muzyki i solfeżu, badacza tańców historycznych. Dzięki Pani Profesor niezliczona ilość pasjonatów tańca uzyskała zawód instruktora tańca. Wielu z nich zostało wybitnymi choreografami. Każdy z nich kontynuuje dziedzictwo otrzymane od Pani Profesor. W koncer-

cie wezmą udział grupy artystyczne prowadzone przez Jej wychowanków: Teatr Tańca DF, Balet Dworski „Cracovia Danza”, Szkoła Baletowa w Krakowie, Teatr Tańca Współczesnego MDK, ul. Reymonta z Krakowa, Zespół Pieśni i Tańca „Jadowniczanie”, Zespół Pieśni i Tańca „Małe Słowianki”, Zespół Pieśni i Tańca „Nowa Huta”, Zespół Tanczechny Form Nowoczesnych „Impet” z Rzeszowa, Zespół „Impression”, Studio Baletowe Opery Krakowskiej, Ryszard Ostromecki, Dziecięcy Zespół „Anatolia” z Salonik (Grecja). (mp)

KLUB „POZNAJ ŚWIAT” ZAPRASZA

11 lutego (czwartek), o godz. 18.00, w sali 203 NCK każdy może posłuchać relacji nt. ciekawego kraju jakim jest Peru. Na spotkaniu i pokazie zdjęć **Marka Tomalika** będzie mowa o wyprawie naukowej do Kanionu Colca, Doliny Wulkanów i dżungli amazońskiej. Wstęp wolny. Więcej informacji pod nr tel. 12 644-28-63 lub w pok. 201 b, bud. A. (mp)

GRAFIKA JERZEGO TCHÓRZEWSKIEGO

Klub KUŹNIA, (os. Złotego Wieku 14) Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida zaprasza 10 lutego br. o godz. 18.30 do Galerii „m” na wernisaż wystawy Jerzego Tchórzewskiego pt. „Grafika”. (f)

WIECZÓR Z OTWÓRKAMI

Fotoklub Młodzieżowego Domu Kultury im. Andrzeja Bursy (os. Tysiąclecia 15) i Krakowska Grupa Fotograficzna ODBICIE zapraszają dziś o godz. 17.00 (w czwartek 4 lutego) na „WIECZÓR Z OTWÓRKAMI”.

Imprezę rozpoczną Warsztaty Fotografii Otworkowej, które poprowadzi **Ada Palka**. Uczestnicy dowiedzą się, jak zbudować samemu prostą kamerę otworską z pudełka od zapalek, puszki aluminiowej czy pudła kartonowego. Po warsztatach nastąpi otwarcie wystawy fotografii otworskowej Krakowskiej Grupy Fotograficznej ODBICIE pt. „Dyfluacja pejzażu”. Wystawa jest efektem realizacji projektu, który powstał z inicjatywy i pod kierunkiem **Mirosława Dylskiego**. Założeniem projektu było zbudowanie od podstaw kamery o wymiarach 1m x 0,5m x 0,25m i wykonanie odpowiednich

otworów w sposób umożliwiający wpływanie przez nie na formę fotografii. Samo zamocowanie materiału światłoczułego zależnie od przyjętego sposobu poszerzyło także możliwości fotograficznej wypowiedzi. Wykonane w ten sposób fotografie pozwoliły połączyć to, co proste – wręcz prymitywne – ze szlachetnym w technice fotografii. Projekt ukazuje, że wbrew pozorom to nie technika, a człowiek stawiający obiektyw jest twórcą obrazu – w tym wypadku fotograficznego.

Wystawa będzie czynna do końca lutego. Wstęp wolny. (f)

NOWOŚCI W BIBLIOTECE

Biblioteka Klubu „Kuźnia”, os. Złotego Wieku 14 poleca:
✓ **Guillaume Musso, Ponieważ cię kocham, Albatros 2009.** W centrum handlowym, wskutek nieuwagi opiekunki, znika bez śladu pięcioletnia Layla. Nikt nie żąda okupu, a prowadzone przez policję poszukiwania okazują się bezowocne. Załamani tragedią rodzice, szanowany psycholog i znakomita skrzypaczka, obwiniają się wzajemnie i rozstają. Mark dosłownie ląduje na ulicy, zaś jego żona Nicole rzuca się w wir pracy. Pięć lat później ścieżki obojga małżonków ponownie się krzyżują. Mark ratuje życie żonie, zaatakowanej przez bandytę, niedługo potem Layla pojawia się dokładnie w tym samym miejscu, w którym zniknęła. Co działo się z dziewczynką przez pięć lat? Zaskakujący powrót córki to nie jedyna niespodzianka, jaką los zgótował bohaterom...

✓ **Steve Sem-Sandberg, Ravensbrück: o Milenie Jesenskiej, Wydawnictwo Czarne 2009.** Milena Jesenska (1896-1944) jest powszechnie znana przede wszystkim jako przyjaciółka i tłumaczka Franza Kafki. Pisane dla niej *Listy do Mileny* są zaliczane do najpiękniejszych i najbardziej inspirujących listów miłosnych w historii światowej literatury. Była nie tylko namiętną kobietą, ale również oddaną swej pracy dziennikarską, której znakomite artykuły i reportaże opisywały zarówno narodziny narodu czechosłowackiego, jak i okrucieństwa dokonywane przez nazistów. Książka Steva Sem-Sandberga ukazuje pełne dramatyzmu życie Jesenskiej, od jej dzieciństwa i młodości w Pradze przełomu wieków poprzez jej relacje z Kafką do ostatnich lat w obozie koncentracyjnym w Ravensbrück, gdzie umarła, pozostając jednak na długo w pamięci współczesnych. Książka została nominowana do przyznawanej przez związek wydawców szwedzkich Nagrody Augusta w 2003 roku i do Nagrody Literackiej Rady Nordyckiej w 2004 roku.

Notowania cenowe

ORYGINALNE WĘDLINY

W tej rubryce polecam produkty wysokiej jakości i tym razem chcę zarekomendować naprawdę oryginalne wędliny od małych producentów, wykonujących je tradycyjnymi sposobami. Tak wytwarza „Wędzarnia Stryjka” z Wadowic Górnych oraz rodzinna firma We-



solowskich spod Zielonek. Wyroby tych firm kupimy na bazarze Tomex w paw. 466 u Józefa Aksamita, który prowadzi tu sprzedaż od 1995 roku. Poleca on dostarczane w połowie miesiąca tradycyjnie przygotowane według starych receptur i bez żadnych sztucznych konserwantów wędliny do gotowania. Są one przyrządzane tradycyjnie i dlatego muszą leżakować kilkanaście dni, a następnie są wędzone specjalnie dobranym drzewem. Wędliny te są soczyste i mają aromat delikatnego dymu. Jest to boczek po 21,90 zł (ceny za 1 kg), karczek po 26,90 zł, szynka po 29,90 zł, schab po 31,90 zł. Codziennie są w sprzedaży regularnie przywożone gotowe już do spożycia wędliny z „Wędzarni Stryjka”, a to: baleron i boczek po 23,90 zł oraz szynka i schab po 31,90 zł. Również z „Wędzarni Stryjka” są przywożone kielbasy swojska po 23,90 zł, domowa po 24,90, myśliwska, salceson tradycyjny po 14,90 zł. Jest także do nabycia prawdziwa kaszanka po 6,90 zł. Od Wesołowskich z Woli Zachariaszowskiej spod Zielonek są przywożone znakomite kielbasy: krakowska wp. po 16,90 zł, żywiecka po 21,90 zł, krakowska podsuszana po 23,90 zł, a także tańsze kielbasy: zwochajna po 11,90 zł, toruńska po 12,90 zł, czy śląska po 13,90 zł. Jest tu także prowadzona sprzedaż wyrobów wędliniarskich z Bobrownik, m.in. takich jak szynki konserwowe, poledwice, szynki z indyka i inne do krojenia. **Pan Aksamit zaprasza klientów i zapowiada, że w środy (w lutym i marcu) będzie prowadzona sprzedaż wędlin krojonych z rabatem 10-procentowym.** Sklep jest otwarty od wtorku do soboty w godz. 8.00–15.30. (sp)

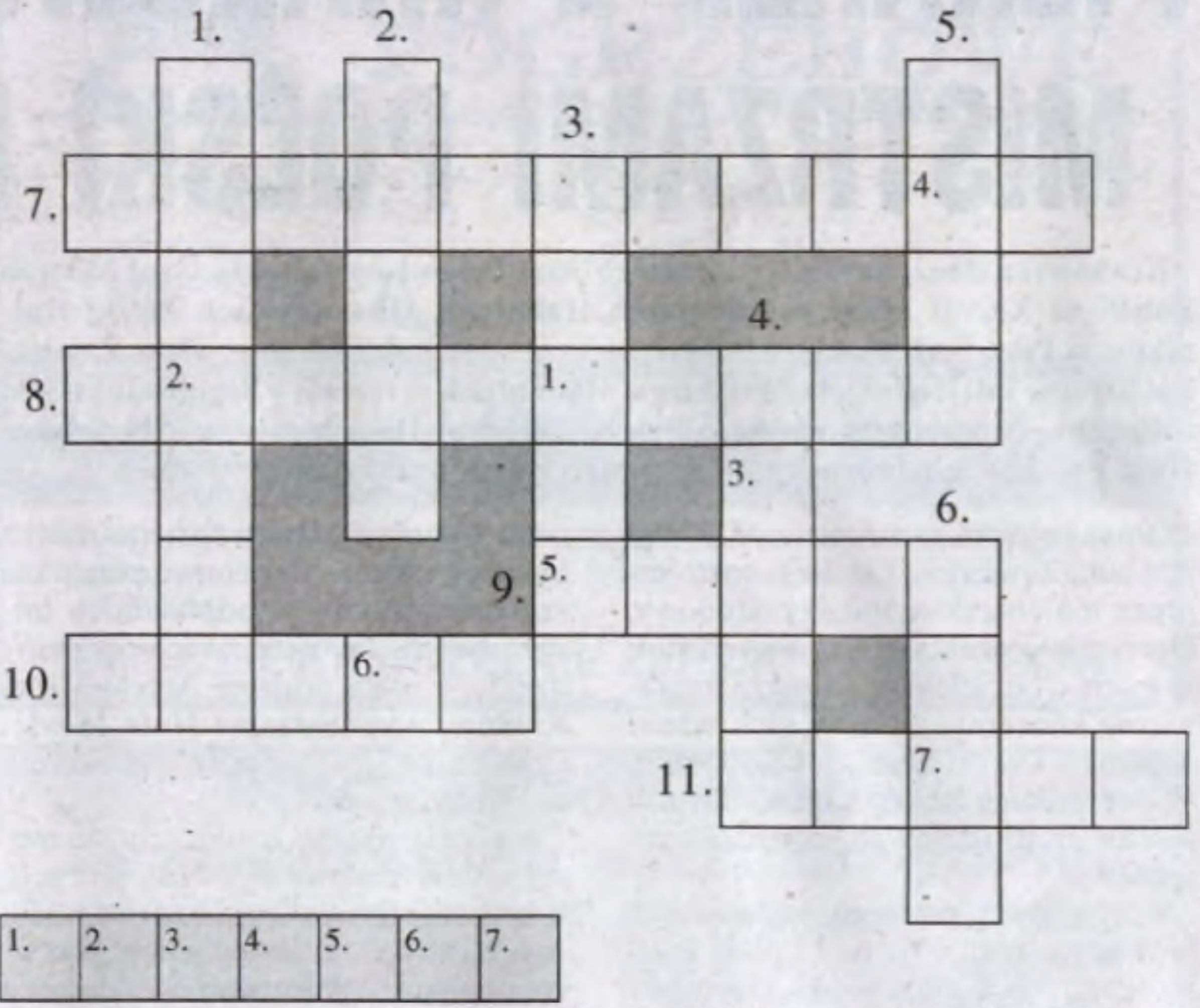
Fot. autor

WALUTA

Złotówka umacnia się i w przypadku euro przekroczyła psychologiczną barierę poniżej 4 zł. Jak twierdzą fachowcy tendencja ma się utrzymać.

W kantorze na pl. Bieńczyce, paw. 24, tel. 641-46-29 zanotowano następujące kursy walut: USD: 2,81–2,89 zł; euro: 3,93–4,01 zł; GBP: 4,49–4,57 zł; CHF: 2,66–2,74 zł. (mp)

FILMOWA KRZYŻÓWKA „SFINKSA”



PIONOWO: 1. Czekolady albo Oficerów – wszystko zależy, jakie filmy oglądasz, 2. legenda włoskiego kina, gra matkę głównego bohatera filmu „Nine”, 3. „... New Hampshire”, „... Splendide” czy też „... Zaczisze” – wszystkie były równie dziwaczne, 4. Irene, wielka grecka aktorka znana m.in. z filmów „Grek Zorba” i „Dziela Nawarony”, 5. Lollobrigida, 6. tytuł wielowatkowego filmu Pawła Borowczyka z 2009 r.

POZIOMO: 7. najbardziej chyba znany filmowy poszukiwacz skarbu Templariuszy w Polsce, 8. bez niego nie byłoby żadnego kryminału, 9. Jennifer, amerykańska aktorka i piosenkarka, 10. w niemyim kinie osoba grająca na pianinie, robiąca podkład muzyczny do wyświetlanych scen, 11. najmilszy Ogr świata.

Odpowiedzi prosimy przysyłać pocztą na adres: Kino Sfinks, os. Górali 5, 31-959 Kraków lub e-mailem: sfinks@okn.edu.pl (wraz z nazwiskiem i numerem telefonu) do środy 10 lutego. Wśród nadesłanych odpowiedzi rozlosujemy miesięczny karnet do kina „Sfinks”.

Hasło krzyżówki z 29 I brzmi: GALA FESTIWALOWA. Karnet do kina Sfinks za rozwiązanie krzyżówki z 21 I wylosował p. **Marek Kostka**. Gratulujemy!

Od 5 do 11 lutego

W KINIE STUDYJNYM „SFINKS”

● **„TEMPLARIUSZE. MIŁOŚĆ I KREW”** to dramat przygodowy wg powieści popularnego szwedzkiego pisarza Jana Guillou. Fabuła koncentruje się z jednej strony na bratobójczej walce o szwedzką koronę, z drugiej na świętej wojnie z niewiernymi. Bohaterem jest Arn Magnusson, szwedzki szlachcic, który od najmłodszych lat kształci się w zakonie Templariuszy, by stać się godnym miana rycerza. Zostaje jednak oskarżony o grzechy nieczystości i musi odbyć pokutę. Wyrusza do Ziemi Świętej, gdzie toczy się krwawa wojna pomiędzy chrześcijanami i muzułmanami. Jego krucjata to wyprawa pełna przygód i niebezpieczeństw. Przyjdzie mu stoczyć pojedynek z legendarnym rycerzem Ivanhoe, uratować życie Saladyńa i walczyć o ukochaną Cecilie więzioną w klasztorze.

● **„IRINA PALM”** to film z 2007 w reżyserii Sama Grabarskiego. Należy do tych obrazów, które warto przypomnieć i obejrzyć jeszcze raz. Bohaterką jest Maggie, która rozpaczliwie potrzebuje pieniędzy na operację chorego wnuka. Zdesperowana, nieśmiała ale wciąż energiczna pięćdziesięciokilkuletnia wdowa rozpoczyna pracę w nocnym sex-klubie. W krótkim czasie odkrywa swoje ukryte talenty i staje się Iriną Palm, jedną z najlepiej opłacanych hostess. Razem z gotówką Maggie zdobywa znacznie więcej – pewność i wiarę w siebie. W roli głównej wystąpiła Marianne Faithfull, aktorka i piosenkarka, niezwykle popularna w latach 60. i 70. autorka tekstów, przez lata związana z Mickiem Jaggerem. (as)

W czwartek, 11 lutego o godz. 19.00 DKF „Kropka” zaprasza na...

PRZEGLĄD NAGRODZONYCH FILMÓW NIEZALEŻNYCH

Dyskusyjny Klub Filmowy „Kropka”, działający przy Kinie Studyjnym „Sfinks” na os. Górali 5, zaprasza w czwartek 11 lutego o godz. 19.00 na przegląd filmów niezależnych nagrodzonych podczas GRAND OFF.

GRAND OFF to najważniejsza inicjatywa promująca kino niezależne w Polsce i jedna z najważniejszych tego typu inicjatyw na świecie. Każdego roku nadsyłane filmy nominowane są w 9 kategoriach: reżyseria, scenariusz, zdjęcia, montaż, aktor, aktorka oraz najlepsza fabuła, najlepszy dokument i najlepsza animacja. W programie czwartkowego przeglądu znajdują się: „The Ground Beneath,” reż. R. Hernandez (najlepsza fabuła); „El Empleo”, reż. S. „Bou” Grasso (najlepsza animacja); „The Door”, reż. J. Wilson (najlepsza reżyseria); „Janek”, reż. P. J. Lewandowski (najlepsza aktorka i aktor); „James”, reż. C. Clements (najlepszy scenariusz); „Summer Sunday”, reż. K. Sigi / F. Breinersdorfer (najlepszy montaż); „AsÅamara”, reż. J. Garaño, R. López (najlepsze zdjęcia) oraz „Nyarma”, reż. E. Bartenev (najlepszy dokument).

Jeszcze tylko do 15 lutego można zgłaszać gimnazja i szkoły ponadgimnazjalne do konkursu:
Nowa Huta – na fundamencie Krzyża. Historia Kościoła, parafii i duszpasterzy

KONKURS DLA MŁODZIEŻY

Jak już informowaliśmy, w kwietniu, pod patronatem Rady Miasta Krakowa organizowany jest tradycyjny konkurs dla młodzieży szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych dotyczący przeszłości Nowej Huty. W roku bieżącym konkurs ten będzie miał charakter szczególny, gdyż odbędzie się w 50. rocznicę obrony nowohuckiego Krzyża.

Zachęcamy młodzież do udziału w konkursowych zmaganiach. Na zwycięzców czekają cenne nagrody. Poniżej jeszcze raz publikujemy regulamin konkursu.

Regulamin konkursu
„Nowa Huta – na fundamencie Krzyża. Historia Kościoła, parafii i duszpasterzy”

1. Konkurs adresowany jest do uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z terenu Krakowa.
2. Patronat nad konkursem sprawuje Rada Miasta Krakowa.
3. Konkurs realizowany jest w dwóch etapach:

Etap I (szkolny) przeprowadzany jest w szkołach, które wyrażą chęć uczestniczenia w konkursie i oparty jest o dostarczony szkołom test wiadomości. Etap szkolny przeprowadza opiekun merytoryczny. Opiekun merytoryczny, którym może być np. nauczyciel historii, języka polskiego lub katecheta, w zamkniętej kopercie otrzymuje klucze z właściwymi odpowiedziami do przesłanego testu oraz formularz protokołu. Na podstawie wyników testu, wyłoniona zosta-

nie reprezentacja szkoły, która może być jedno-, dwu- lub trzyosobowa. Weźmie ona udział w etapie finałowym. Wyniki etapu szkolnego należy przesłać organizatorom konkursu do 31 marca 2010 r.

Etap II (finałowy) przeprowadzony zostanie w jednej z nowohuckich placówek kultury (o miejscu rozpoczęcia etapu finałowego zainteresowani zostaną powiadomieni bezpośrednio przez organizatorów konkursu). W trakcie finału najlepsze szkolne drużyny będą odpowiadać ustnie przed konkursowym jury na wylosowane przez siebie zestawy pytań. W skład jury wchodzi: Jan L. Franczyk (redaktor naczelny „Głosu-Tygodnika Nowohuckiego”), Jerzy Ridan (reżyser i dokumentalista dziejów Nowej Huty), Leszek Sibila (historyk), Maciej Mieźian (historyk sztuki, pracownik nowohuckiego oddziału Muzeum Historycznego Miasta Krakowa), Stanisław Malara (sekretarz jury) oraz ks. Stanisław Puzyniak (proboszcz parafii NSPJ w Nowej Hucie). Etap finałowy odbędzie się 27 kwietnia 2010 r. (w 50. rocznicę walki o krzyż) i bezpośrednio po jego zakończeniu nastąpi ogłoszenie wyników.

O godzinie rozpoczęcia finału drużyny zostaną poinformowane przez organizatorów konkursu.

4. Zgłoszenia szkół do konkursu przyjmowane będą do 15 lutego 2010 r. (można wysłać faks) pod adresem: „Głos-Tygodnik Nowohucki”, al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków, faks: 0-12 643-66-33. W zgłoszeniu powinna znaleźć się nazwa i adres szkoły, imię i nazwisko opiekuna merytorycznego oraz numer telefonu kontaktowego.

5. Zwycięzcy konkursu otrzymają cenne nagrody.

6. Szczegółowych informacji udziela red. Jan Franczyk, tel. 604-535-494.

Literatura pomocnicza:
Jan L. Franczyk, *Na fundamencie Krzyża. Kościół katolicki w Nowej Hucie w latach 1949-1989*, Kraków 2004.

Jan L. Franczyk, Marek Lasota, ks. Jan Szczepaniak, *Nowa Huta. Miasto Krzyża i pracy*, Kraków 2009.

Jerzy Ridan, *Krzyż nowohucki. Dzieje walk o wiarę i wolność*, Krzeszowice 2006.

On tutaj był... *Karol Wojtyła w Nowej Hucie*, red. R. Bober, W. Paduchowski, Kraków 2007.

W imieniu organizatorów:
Jan L. Franczyk
Stanisław Malara

W Wadowie

JASEŁKOWE SPOTKANIE



Późnym popołudniem 15 stycznia br. w Szkole Podstawowej nr 78 w Wadowie rodzice, dzieci oraz mieszkańcy pobliskich osiedli mogli obejrzeć jasełka „Ten szczególny dzień się budzi”.

Pięćdziesięcioosobowy zespół uczniów z klas: IVa, IVb, Va, Vb, VIa oraz VIIb przygotowany przez Helenę Karolczyk-Wysogład, przeniósł widzów w czasy narodzin Jezusa. Podczas sceny przedstawiającej przybycie pasterzy do Bożej Dzieciny mogliśmy obejrzeć układ taneczny łączący elementy gimnastyki artystycznej z break-dance w wykonaniu Karoliny Balickiej, Weroniki Jajko, Magdy Kardas, Oli Lejdy, Szymona Lorenca, Mateusza Matejczuka, Mikołaja Niziurskiego, Łukasza Nowaka i

Piotra Starowicza. Przez całe jasełka radość z narodzin Chrystusa aniołowie wyrażali żywiołowym śpiewem kołęd oraz grą na instrumentach perkusyjnych. Szczególną uwagę przyciągał śpiew solistów: Maryi – Klaudii Szostek, Józefa – Konrada Rzepienia oraz aniołów: Oli Dudek, Ani Faron, Martyny Rzepień i Oli Szczęsnej. Na zakończenie aniołowie, pasterze i mędrcy pięknie i donośnie zaśpiewali kołędę „Bóg się rodzi”.

Publiczność występujące dzieci nagrodziła gromkimi brawami, a od kierownika Świetlicy Środowiskowej „Dzieci z Jaskrowej” Barbary Kwiatek otrzymały lizaki. „Jasełkowe spotkanie” tradycyjnie zakończono wspólnym śpiewaniem kołęd. (HK)

KALENDARZ NOWOHUCKI

NIEDZIELNE MSZE ŚW.

Bazylika w Mogile: 6.30; 8, 9.30, 11, 12.30, 14, 16.30, 18.
Kościół św. Bartłomieja: 9, 10.15, 11.30
Szkłane Domy: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 14.30, 17, 19, 20.30.
Arka Pana: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 14, 16, 17.30, 19.
Czyżyny: 7, 8.30, 10, 11.30, 13, 18.
Dywizjonu 303: 6.30, 8, 9.30, 11, 13, 16, 18, 20.
Mistrzejowice: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 14, 17, 18.30, 20.
Kalinowe: 7, 9, 11, 13, 18.
Wzgórza Krzesławickie: 7, 8.15, 9.30, 11, 12.30, 16, 19.
Boh. Września: 6.30, 7.30, 9, 10.30, 12, 13.15, 16.30, 18, 19.30.
ul. Bulwarowa: 7, 8.30, 10, 11.30, 13, 18, 20.
Teatralne: 7, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 16.30, 18, 19.30.
Krzesławice: 9.30, 14.00.
Pleszów: 7.40, 11.10.
Kantorowice: 9.00, 11.00, 19.00, od X do IV – 18.00.
Ruszcza: 7, 9, 11, 16.
Górka Kościelnicka: 7, 12.
Kościelniki: 10.30, 19.
Wolica: 9, 18.
Lubocza: 8, 10.30, 17.

Słowa na niedzielę

Za łaską Boga jestem tym, czym jestem.
(por. 1 Kor 15)

Pamięć o tym, że wszystko, co mamy – między innymi dar czasu – otrzymaliśmy z łaski Bożej to jedno. Ale świadomość, że z łaską Bożą należy współpracować to drugie. Pierwsze chroni przed pychą. Drugie przed lenistwem.

Wystarczy bowiem zrobić najprostszy rachunek: Jeśli pozwolimy sobie na lekkomyślną stratę 3 godzin dziennie, zmarnujemy w ciągu roku – szok! – całe 45 dni życia. I tego czasu się już nie odzyska.

ks. Piotr Gąsior

DYŻURY SZPITALI

● **Ostre dyżury w zakresie chirurgii dziecięcej przez cały tydzień pełnią:** Instytut Pediatrii, ul. Wielicka 265, tel. 658-20-11 i Szpital im. Żeromskiego, tel. 644-01-44.

Nie obowiązują już dyżury z zakresu chirurgii ogólnej i urazowej. Pacjenci mają zgłaszać się do szpitalnych oddziałów ratunkowych (w Nowej Hucie funkcjonują dwa takie oddziały – przy Szpitalu im. S. Żeromskiego i przy Szpitalu im. L. Rydygiera). Szczegóły pod numerem informacji medycznej 661-22-40.

DYŻURY APTEK

- Od piątku do czwartku: os. Centrum A, bl. 3, tel. 425-75-40 (całą dobę).
- Ponadto przez cały tydzień dyżur pełni apteka w os. Kazimierzowskim 30, tel. 648-59-57 – od poniedziałku od piątku w godz. 8–22, w soboty od 8 do 20 i w niedziele od 8 do 15.

PRZYCHODNIE PEŁNIĄCE DYŻURY LEKARSKIE

● **Opiekę całodobową nad pacjentami Niepublicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej pełnią:** Ambulatorium Opieki Całodobowej, os. Jagiellońskie nr 1, tel. 648-00-44 oraz os. Niepodległości nr 2, tel. 647-02-44.

MUZEUM HISTORYCZNE: DZIEJE NOWEJ HUTY

Muzeum Historyczne Miasta Krakowa, Oddział „Dzieje Nowej Huty”, os. Słoneczne 16, czynne od wtorku do soboty w godz. 9.30–17.00 oraz w drugą niedzielę miesiąca w tych samych godzinach.

MUZEUM CZYNU ZBROJNEGO

Małopolska Fundacja „Dom Kombatanta RP – Muzeum Czynu Zbrojnego” zaprasza na stałą ekspozycję do Muzeum Czynu Zbrojnego mieszczącego się na os. Górali 23 (pod czołgiem). Muzeum czynne: poniedziałek–piątek w godz. 10–16. Informacje pod adresem: <http://members.chello.pl/s.pietrzyk>.

KINA

ŚFINKS: ● 5.02 (piątek) – godz. 17.00 „Irina Palm” (Belgia-Wlk. Brytania, 15 lat), godz. 19.00 „Templariusze. Miłość i krew” (Szwecja-Wlk. Brytania, 15 lat). ● 6.02 (sobota) – godz. 17.00 „Templariusze. Miłość i krew”, godz. 19.35 „Irina Palm”. ● 7.02 (niedziela) – godz. 17.00 „Irina Palm”, godz. 19.00 „Templariusze. Miłość i krew”. ● 8.02 (poniedziałek) – kino nieczynne. ● 9.02 (wtorek) – godz. 17.00 „Templariusze. Miłość i krew”, godz. 19.35 „Irina Palm”. ● 10.02 (środa) – godz. 17.00 „Irina Palm”, godz. 19.00 „Templariusze. Miłość i krew”. ● 11.02 (czwartek) – godz. 17.00 „Irina Palm”, godz. 19.00 DKF „Kropka”: – Pokaz filmów nagrodzonych podczas GRAND OFF – Światowych nagród filmów niezależnych.

W TEATRZE LUDOWYM

♦ **Duża Scena, os. Teatralne 34:** ● 5 II (piątek), godz. 18 – Przedstawienie Hamleta we wsi Głucha Dolna. ● 9, 10 i 11 II (wtorek, środa i czwartek), godz. 11 – Księżę i żebrak, czyli zagadka cyberprzestrzeni. ♦ **Scena Pod Ratuszem, Rynek Główny 1:** ● 5 II (piątek), godz. 19 – Stefcia Ćwiek w szponach życia. ● 6 i 7 II (sobota i niedziela), godz. 19 – Skrzynek bez pudła. ● 10 i 11 II (środa i czwartek), godz. 19 – Duety.

Zofia z dzieciństwa pamiętała smak kaszy: ciepłej, bezpiecznej, matczynej. Podczas wojny, kasza była dla niej niczym magdalenka Prousta. Z jednym wyjątkiem: ona wypełniała smak wspomnień, nie tracąc czasu z oczu. Gdyby teraz mogła cofnąć czas...

Talerz ciepłej kaszy powoli stygł na stole. Można go w każdej chwili podgrzać dzięki mikrofalówkom na korytarzu. Ręka Zofii zacisnęła się mocniej, jakby chciała zatrzymać życie i nieodwracalny proces reakcji chemicznych. Czuła ciepło innej dłoni: nie była sama. Tak zgasła, z ręką w mojej ręce. Nieprzypadkowo emblematem hospicjum są dwie wspierające się dłonie.

ścioła Arki Pana w Nowej Hucie, zaproponował księdza Józefa Gorzelanego.

O tym, że legendarny proboszcz, kapelan Zakonu świętego Łazarza i współtwórca Hospicjum głęboko wyrzył się w sercach i pamięci nowohucian, świadczy rondo nowohuckie, jego imienia. Pamiętam go, jak podczas jednej z ostatnich swoich wigilii w hospicjum, ks. Józef, symbol

cudem. Sama obecność wolontariusza jest małym cudem niepamięci. Nie o chorobie, lecz o swoich bliskich, a raczej „dalekich”, których czasem, nawet w wyjątkowy wigilijny wieczór obok chorego nie ma.

– *Robię to, co robię, po prostu dlatego, że chciałabym, żeby ktoś zrobił dla mnie to samo gdybym znalazła się w takiej sytuacji* – wyznaje Anka. Są wśród wolontariuszy osoby, które same przeszły przez doświadczenie straty bliskiej osoby chorej na raka. Jadwiga przeżyła stratę męża, chorego na raka jelita grubego. – *Sama byłam osierocona, teraz chcę oddać tro-*

końca roku – snuje plany młody wolontariusz. Nieco starszy kolega opowiada: – *Jestem samotny i to ksiądz przy spowiedzi mi powiedział, jesteś sam bez rodziny, zrobiłbyś coś pożytecznego dla innych. Więc wziąłem to sobie do serca i jestem.* Kobiet wśród wolontariuszy jest zdecydowanie więcej. Wolontariuszki nie kierują się emocjami, racjonalnie tłumaczą swoją służbę.

Co w pracy wolontariusza jest najtrudniejszą posługą? Czy trudno schorowanym, ale obcym osobom zmieniać pampersy, karmić je, rozmawiać, pocieszać. Wolontariat to po-

stoletnia dziewczyna. Sama była kopalnią wiedzy o historii Polski, tej przeżytej na własnej skórze. Chętnie opowiadała o tym, jak uciekała przed Niemcami, zimą bez okrycia, jak partyzanci chronili się przed nimi na cmentarzu i jak to miejscowy proboszcz przekonywał swojego psa Asia, żeby ten szczekaniem ich nie wydał. I mądre psisko, jak na patriotę przystało, posłuchało proboszcza...

Bywają wspomnienia podszyte czarnym humorem. Jedna z pielęgniarek wspominała na kursie: *zaginęła choremu... sztuczna szczeka. Byłam przy tym obecna i niestety zostałam*

POZA GRANICĄ SKARGI...

NOWOHUCKI LAZARET

Nazwa „lazaret” wywodzi się od imienia św. Łazarza, który był opiekunem chorych na trąd i od nazwy wyspy w pobliżu Wenecji, na której stał kościół Santa Maria di Nazaretto. Chorzy na trąd już za życia byli skazani na śmierć, przymusowo przebywali poza murami miasta. Ropiejące rany, otwarte owrzodzenia na skórze, odpadające i rozkładające ciało wydzielalo odór zgnilizny. Trąd z prężnych ciał ludzi czynił bezużyteczne odpadki. Tak, jak w „Poemacie dla dorosłych” Adama Ważyka:

„w węglowym czadzie, w powolnej męczarni, z niej się wytapia robotnicza klasa. Dużo odpadków. A na razie kasza”.

To, że trąd był nieuleczalną chorobą i powodował tak straszne dolegliwości, tłumaczy decyzję ówczesnych radnych miast o odosobnieniu trędowatych. Ale czy ją usprawiedliwia? Czy człowiek może być „kaszą”?

Na to pytanie znaleźli odpowiedź ludzie pełni miłosierdzia, którzy zajęli się wyrzutkami społeczeństwa. Tak powstał w IX wieku, w Ziemi Świętej, Zakon św. Łazarza. Głównym zadaniem organizacji była opieka nad ludźmi nieuleczalnie chorymi. I tak pozostaje do dziś. Obecnie w Krakowie zakon liczy około trzydziestu członków. Niektórzy z nich, czynnie działają w instytucji pod patronatem tego samego świętego: hospicjum świętego Łazarza. Chociaż współczesna medycyna osiągnęła niezwykle postępy, choroby nieuleczalne wciąż są plagą naszych czasów. Do takich chorób należy nowotwór złośliwy, nazywany rakiem. Zanim powiesz „mnie to nie dotyczy”, wiedz, że obecnie na świecie „tylko” na raka umiera cztery miliony osób w ciągu roku!

Historia hospicjum z Nowej Huty sięga roku 1977, związana jest z postacią metropolity krakowskiego, księdza kardynała Karola Wojtyły. Dzięki niemu powstał Zespół Studyjny, później Synodalny, przy parafii Królowej Polski w Nowej Hucie, działający przy kościele „Arka Pana”. To on na proboszcza pierwszego ko-

poru Kościoła wobec prób ateizacji Nowej Huty, z uśmiechem rozdawał papierowe aniołki na choinkę.

SERCA NOWEJ HUTY

Hospicjum to szpital, który paradoksalnie już nie leczy ciała, ale próbuje wspólnie z terminalnie chorym godnie przeżyć jego ostatnie chwile i przynieść ulgę duszy. Ale hospicjum, to nie tylko budynek i chorzy. – *Hospicjum to służba miłości* – twierdzi prezes Zarządu Jolanta Stokłosa. Tutaj miłości bliźniego służy ponad setka wolontariuszy. Chłuba Nowej Huty: największa liczba w Polsce! Od symbolu hospicjum, żółtych żonkilków, zwani „Żonkilami Nadziei”.

Wolontariusze. Kim są, skoro potrafią stanąć oko w oko ze śmiercią i ujarzmić ją uśmiechem? Mają „serca na dłoni”. Niby czerwone, z tkaniki mięśniowej poprzecznie prążkowanej sercowej, a pancerne. Takie jak te, żołnierskie serca pod Monte Cassino, walczące i bijące dla wroga na trwogę, dopóki ten nie zatrzymał ich jednym pociskiem. Z pocisków wyścigniętych z polskich żołnierskich serc powstała nowohucka Matka Boża Pancerna. Jedyna na świecie, waży 10 kilogramów i mierzy 60 cm wysokości. Znajduje się obok hospicjum, w kościele Arka Pana w Bieńczycach, w kaplicy pojednania (wejście od ulicy Obrońców Krzyża). Na ścianie, która imituje mur oświęcimski, z obozową drogą krzyżową i napisem w języku hebrajskim „shalom”.

Wbrew pozorom, choć liczy się każda para rąk, nie każdy człowiek może zostać wolontariuszem i posługiwać terminalnie chorym pacjentom. Nie wystarczy tylko sama dobra wola. – *Kandydat na wolontariusza nie może leczyć się w poradni zdrowia psychicznego* – mówi koordynator wolontariatu Ewa Bodek. – *Jeśli sam był osierocony, nie powinien podejmować posługi do sześciu miesięcy po śmierci kogoś bliskiego. Nie przyjmujemy też osób należących do sekt.*

Cel wolontariusza? Robić małe cuda w dużych ilościach. W hospicjum, każdy uśmiech na twarzy chorego, każda darowana przez Opatrzność nowa chwila życia, jest takim

chcę tego, co dostałam, innym. Wiem, jakie to ważne nie być samym w tak bolesnym doświadczeniu.

Spytaj ich, czy nie marnują czasu? Ja spytałam. Wszyscy zgodnie twierdzą, że wolontariat może być sposobem na życie. Zараżają tym swoich przyjaciół, znajomych, rodziny. Wśród wolontariuszy są dwie pary małżeńskie, które zgodnie posługują chorym i dzielą z nimi swoim wolnym czasem. – *To niesamowite miejsce mówi o hospicjum Lidka. – Przyciąga mnie jak magnes. Gdy jestem tutaj to czuję, że mam swoje miejsce na ziemi, że naprawdę mogę namoczyć pomóc drugiemu człowiekowi. Czuję się potrzebna i dzięki tej pracy mam dystans do tego, co mnie samą spotyka w życiu, do swoich codziennych kłopotów. A życie osobiste? Jedną z par poznała się i pokochała posługując tutaj. Doczekali się szczęśliwie potomstwa, choć są tak skromni, że nie namówiłam ich na zwierzenia.*

Zanim kandydat na wolontariusza podejmie posługę, zacznie pomagać i zdobywać doświadczenie oraz własne wspomnienia, musi ukończyć specjalny kurs. Część teoretyczna to wykładny lekarzy, pielęgniarek, psychologa, a nawet księdza. Część praktyczna obejmuje zajęcia z pielęgnacji chorego. Po ukończeniu kursu kandydat pisze test i jeśli go zaliczy, staje się wolontariuszem.

To co uderza na kursie, to skupienie słuchaczy, ich zaangażowanie i poczucie humoru. – *Na kursie dowiedziałam się niezwykle ważnych rzeczy, ale i wyniosłam coś dla siebie* – żartuje jedna z kandydatek – *to, że przy pielęgnacji oka, oko powinno się przemywać od zewnętrznej strony do kącika, aby na przykład nie zabrudzić ropą. Przyda mi się to we własnym makijażu, bo do tej pory naciągałam sobie skórę nie wiedząc, że robię sobie zmarszczki.*

Dlaczego pomagają innym, dlaczego wybrali właśnie taką drogę wolontariatu, a nie inną? Niechętnie o tym mówią, nawet między sobą. – *Na razie chcę wytrwać do końca kursu, a potem stawiam sobie poprzeczkę do*

wołanie i pasja, tak jak... bycie reporterem. Porównaj wypowiedź Kasi wolontariuszki i reportera: – *Najtrudniejszą rzeczą jest przełamanie pierwszego oporu, tej myśli, że ja sobie nie poradzę i nie wytrwam, to po co próbować. Trzeba zacząć od uśmiechu i pokory. Chorzy są dla nas bardzo wyrozumiali, zdarzają się wpadki, zniechęcenia, ale tak jak Matka Teresa z Kalkuty, trzeba trwać „mimo wszystko”.* Ryszard Kapuściński pisał niemal to samo, w „Autopercie reportera”: *Pierwszy kontakt z obcym człowiekiem wiąże się z napięciem, zderzeniem dwóch różnych osobowości (...). Najlepszą drogą do przełamania pierwszego oporu jest uśmiech. Trzeba uśmiechnąć się do drugiego człowieka.*

Kiedy wolontariusz idzie na emeryturę? Oddajmy głos ponownie Kapuścińskiemu: *Nie przewiduję przejścia na emeryturę z bardzo prostego powodu. W tym fachu nie ma czegoś takiego (...) to mój sposób na Życie.*

WSPÓŁCZEŚNI TRĘDOWACI

Na dwóch oddziałach biją 32 serca, spragnione miłości. Jakie mają potrzeby? Takie jak i ty, i ja: być wysłuchanym, przytulonym, trzymanym za rękę, czuć się potrzebnym, kochanym. Wiedzieć co dzieje się „na świecie”. („Na świecie”, czyli wszędzie poza hospicjum). „Tylko”, czy „aż” tyle?

Co zostaje po chorym, puste łóżko? Niedługo, bo oczekujących na przyjęcie jest więcej niż miejsc. Może wspomnienia...

Te, które uczą nowego spojrzenia na świat: *Zżymałam się, kiedy do umierającej matki przychodził syn i oglądał z nią bez słowa telewizję, a potem wychodził. A ze mną matka rozmawiała, że brakuje jej rozmowy od serca, o jej śmierci. Miałam ochotę go zwymyślać, że jest nieczuły. Dopiero gdy zobaczyłam łzy w jego oczach, z czasem doszłam do wniosku, że sama obecność kogoś z rodziny też dużo znaczy. Wiele osób nie ma możliwości i oglądania telewizji z krewnym.*

Te, które wzruszają, o pani Helenie, która okupację przeżyła jako szesna-

pierwszą oskarżoną. Była to rzecz przykra, bo jak wiadomo, trudno osobie leżącej wziąć odcisk na nową protezę. Rodzina była zbulwersowana, groziła nawet sprawą sądową. Na szczęście okazało się, że po kilku dniach się odnalazła: chory wsadził szczękę do kieszeni swojej piżamy, a tą oddano do pralni.

Nie ma dzisiaj w Nowej Hucie trędowatych, choć istnieje realne zagrożenie pandemią wirusa świńskiej grypy. Paradoksem naszych czasów pozostaje fakt, że jednak „trędowaci” wciąż istnieją, poza marginesem społeczeństwa, za naszą cichą zgodą i milczeniem, być może murem niewiedzy. My współcześni „skazani na sukces”, wykluczamy ze społeczeństwa „skazanych na śmierć”.

Trędowaci na widok każdego człowieka mieli obowiązek krzyczeć, o tym, że są chorzy. W hospicjum pacjenci nie krzyczą na widok drugiego człowieka, nie tylko dlatego, że rak nie jest chorobą zakaźną. Nie krzyczą, bo tego drugiego człowieka po prostu często obok nich nie ma. Jeśli już słychać krzyk, jest to okrzyk bólu, lub wycie człowieka, słyszałeś taki odgłos? Możesz sobie go wyobrazić? Nie straszę Cię, raczej rzadko się zdarza. W hospicjum panuje cisza. Pacjenci nie krzyczą, bo często już nie mają siły nawet na szept. Ten niemy krzyk, ta cisza jest jednak wołaniem o pomoc. Wwierca się w uszy. Poza granicą skargi jest już tylko wymowna cisza. Czy Ty ją słyszysz?

Ryszard Kapuściński, gdyby żył, dziś napisałby o tej walce z ciszą znieczulicy, *„walce, która trwa, która musi przybrać na sile. Będziemy do tej walki wracać, będziemy o niej pisać. Pisać, tzn. także brać w niej udział – większy i pełniejszy niż dotychczas”.* To też jest prawda o Nowej Hucie!

MONIKA HYLA

Tekst został wyróżniony na Ogólnopolskim Konkursie na reportaż im. Ryszarda Kapuścińskiego, zorganizowanym w roku 2009 przez Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida.

Sport

Z NOTESU KIBICA

7.02 (niedziela) – godz. 17, druga liga piłki ręcznej mężczyzn: Kusy – Viret Zawiercie (hala ZSOS 1, os. Handlowe 4).

UDANY FINISZ

ORZEL PRZEWORSK – SDFP/KUSY 29-32 (15-14)

SDFP/KUSY: Mastalierz, Zadecki – Franczak 5, Kapuśniak 5, Szklarski 5, Zubik 5, F. Pach 4, Buras 2, Karwowski 2, Mularczyk 2, J. Pach 2.

– Dobrze graliśmy przez początkowe i ostatnie dziesięć minut – mówi trener nowohuckich szczypiornistów Ryszard Tabor – W drugiej połowie był moment, że przez własną niefrasobliwość przegrywaliśmy czterema bramkami. Wystarczyło jednak, że dobrze zaczęliśmy się spisywać w obronie i dzięki temu mogliśmy wychodzić z szybkim atakiem. Na tego rywala taka gra wystarczyła, ale z silniejszym przeciwnikiem byłby kłopot.

Taka silniejsza drużyna wystąpi w najbliższą niedzielę w hali Kusego. Będzie to aspirujący do barażu o pierwszą ligę Viret Zawiercie i zanoszą się na ciekawe spotkanie.

Liderem grupy czwartej II ligi jest Grunwald Ruda Śląska – 21 pkt, Kusy jest siódmy – 8. (dan)

NIERÓWNO GRALI

MKS MOS CHRZANÓW – DOBRY WYNIK 2-3 (25-18, 20-25, 17-25, 27-25, 10-15)

DOBRY WYNIK: Pozlutko, Mroczek, Dutkiewicz, Kolek, Bihun, Karwowski – Marek (libero), Tabisz, Józefowski.

Krakówscy siatkarze rozpoczęli drugą część sezonu w trzeciej lidze małopolskiej od zwycięstwa, choć powinno być ono okazalsze. Niestety, nie zdobyli kompletu punktów, gdyż w czwartej partii, po wygraniu dwóch wcześniejszych, grali nierówno. Dobrze zaczęli spisywać się dopiero od stanu 0-5. Mimo to mieli w końcówce dwa setbole, ale nie potrafili ich wykorzystać, oddając tego seta gospodarzom.

Na czele grupy „słabszych” znajduje się Sokół Tarnów – 21 pkt, który wyprzedza Dobry Wynik – 18. (dan)

BOKSERSKI ZACIĄG

Nowohuckie Stowarzyszenie Weteranów i Sympatyków Boks rozpoczyna nabór młodzieży – trzeba mieć przynajmniej 13 lat – do szkoły pięściarskiej. Treningi rozpoczną się po zakończeniu rekrutacji i będą odbywały się na obiektach Com-Com Zone przy ul. Ptaszyckiego przez byłych czołowych zawodników Hutnika, a dzisiaj szkoleniowców. Wszyscy chętni proszeni są o kontakt pod numerem 666 056 111. Organizatorzy zapraszają do współpracy rodziców, adeptów boks i sympatyków pięściarstwa. (dan)

JEST DRUŻYNA ŻUŻLOWA

Kibice żużla w Krakowie nie powinni czynić sobie żadnych innych planów na poniedziałek, 5 kwietnia – drugi dzień Świąt Wielkanocnych – niż wizyta na stadionie Wandy. W tym dniu, jak wszystko dobrze pójdzie, powinna zadebiutować w drugiej lidze nowa drużyna Speedway Wanda.

Nowohucka sekcja nie ma jeszcze stałej licencji na występy ligowe – na razie jest tylko warunkowa – ale jak wynika z uchwały Zarządu Głównego Polskiego Związku Motorowego z 2 lutego, ma czas do 10 lutego na złożenie wniosku o jej wydanie. – Nie zdążyliśmy jeszcze podpisać umowy z klubem na wynajem stadionu – przyznaje prezes Paweł Sądziowski.

Kłopotu z jej otrzymaniem raczej nie powinno być, gdyż obiekt przy ul. Odmogile spełnia warunki i jest już skompletowana kadra, która liczy dwunastu zawodników, a może ich być jeszcze więcej. Są wśród nich Czesi Adrian Rymel (ostatnio był żużlowcem Miskolca), Zdynek Stichaer (Redstar Lublin), Rosjanie Siemen Własow i Władimir Dubinin (obaj Miskolc), Danil Iwanow (lo-

tewski Lokomotiw Dyneburg), Denis Sajfutdinow (Orzeł Łódź), młodzieżowy mistrz Rosji Andriej Kudriaszow (Turbina Bałkovo, pierwszy raz w Polsce), utalentowany 17-letni Ukraińiec Siergiej Borisenko. Z polskich zawodników są reprezentujący Wandę w sezonie 1997 Tomasz Łukasiewicz (KSM Krosno), Roman Chromik (KSM Krosno), Patryk Pawlaszczyk (KM Ostrów), Grzegorz Stróżyk (PSŻ Poznań). Podobno mają jeszcze dołączyć Bartosz Szymura (ROW Rybnik) i Janusz Baniak z Falubazu Zielona Góra. – Przy angażowaniu zawodników bardzo nam pomógł Krzysztof Cegielski, który jest dobrym duchem naszej sekcji – wspomina pomoc tego świetnego kiedyś żużlowca prezes Sądziowski.

Wanda Speedway ma podpisane

umowy ze sponsorami, ale szuka jeszcze kolejnych, którzy wspomogliby sekcję. – Trzeba mieć około siedemset, osiemset tysięcy, żeby spokojnie przejechać cały sezon – twierdzi Sądziowski. – Mamy już połowę z tego. Żeby jednak liczyć się w rozgrywkach i walczyć o coś więcej konieczne jest około milion dwieście tysięcy złotych. Dlatego nie ustajemy w wysiłkach żeby pozyskać kolejnych sponsorów. Dobra drużyna powinna bowiem przyciągnąć na stadion kibiców, a o tym, że w Krakowie jest zapotrzebowanie na żużel świadczy nasz ubiegłoroczny turniej i tłumy na trybunach. Najważniejsze jednak żebyśmy ruszyli, gdyż jest to najtrudniejsza rzecz.

Zarząd Speedway Wanda zaprasza wszystkich sympatyków czarnego sportu chcących się zaangażować w działalność stowarzyszenia na spotkanie w środę, 10 lutego – początek o godz. 19 – do restauracji Dziupla tuż przy stadionie. (dan)

SIEKLIŃSKI ODCHODZI

jeszcze drużynę Motoru Lublin.

Zawodnikiem Przeboju Wolbrom jest już obrońca Paweł Czajka, a być może dołączy do niego bramkarz Kamil Turbasa. W ubiegłym tygodniu rozwiązał on umowę z Hutnikiem. Na razie w zawieszeniu pozostaje sprawa odejścia Adriana Jurkowskiego (trenował z Widzewem Łódź) i Michała Nawrota (przymierzany do Lechici Gdańsk). Wszystko jednak wskazuje, że krakowski klub będzie chciał ich sprzedać w najbliższych dniach.

W Hutniku nie ma już wielu zawodników, nie będzie także trenera. – Złożyłem dyscyplinarne wypowiedzenie umowy za rażące naruszenie warunków pracy – zaznacza Dariusz Siekliński. Prowadził zespół z Suchych Stawów przez półtora roku. W poprzednich rozgrywkach był bliski awansu do II ligi, a w tym sezonie wydawało się, że nikt nie będzie w stanie zagrozić promocji Hutnika, który prezentując efektywny, ofensywny i skuteczny futbol pewnie prowadził w III lidze. Siekliński miał jesienią kilka ofert z klubów z wyższych lig, teraz został bez drużyny, choć mówi się, że być może obejmie Szreniawę.

Zmieniają kluby także byli zawodnicy Hutnika, którzy odeszli z niego w poprzednich latach. Bramkarz Waldemar Sotnicki (ostatnio KSZO Ostrowiec Świętokrzyski) podjął trening z Resovią. Natomiast napastnik Daniel Jarosz – jesienią był wypożyczony z Górnika Wieliczka do Okocimskiego – trenuje z Podbeskidziem Bielsko-Biała, w którym powstała mała nowohucka kolonia. Są tam jeszcze trener Robert Kasperczyk oraz pomocnicy Dariusz Kołodziej i Krzysztof Świątek. (dan)

DLA „BOBIKA” I „JEZIORA”

W hali Tomeksu rozegrany został II Memoriał im. Michała Bobera i Michała Jeziora, tragicznie zmarłych przed dwoma laty piłkarzy Hutnika Kraków. W zawodach wystąpiły zespoły juniorów Hutnika, Cracovii, Garbarni, Krakusa, Wisły i drużyna Przyjaciele, w której wystąpili przyjaciele „Bobika” i „Jeziora”, jak mówią o nich koledzy.

Mecze trwały 24 min (2x12), a w przypadku remisu lepszym okazałby się zespół, który pierwszy strzelił bramkę, ale ten przepis regulaminu nie miał zastosowania. Organizatorom chodziło o to, by nie było kunktatorstwa i preferowano grę ofensywną. Pierwsze miejsce w swojej grupie eliminacyjnej zajęli Przyjaciele, którzy pokonali Krakusa 3-1 i Cracovię 2-1, a Krakus wygrał z „Pasami” 1-0. W grupie B Hutnik zwyciężył z Garbarnią 1-0 i Wisłą 4-2, a „Brązowi” pokonali Wisłę 1-0.

Spotkania półfinałowe zakończyły się wygraniem zespołów najlepszych w grupach. Przyjaciele rozgromili Garbarnię 5-0, a Hutnik zwyciężył z Krakusem 3-1. W meczu o piąte miejsce: Wisła – Cracovia 3-2; o trzecie miejsce: Krakus – Garbarnia – Krakus 2-0. Finałowe spotkanie zakończyło się wygraną Przyjaciół nad Hutnikiem 2-1. W zwycięskiej ekipie prowadzonej przez trenera Pawła Szczesniewskiego wystąpili: Techmański, Niedźwiedź – Maliński, Ogórek, Dziadzio, Urba-

nec – Cieply, Orlowski, Oleksiak, Nawrot – Komenda, Kubera, Godyń, Pacyga.

Najlepszym zawodnikiem turnieju został Michał Nawrot, a królem strzelców Jarosław Urbaniec, obydwa z Przyjaciół. Najlepszym bramkarzem Krystian Stępniewski (Hutnik). Wyróżniono także najlepszych graczy poszczególnych drużyn.

– Wszystkie zespoły pokazały piłkę na bardzo dobrym poziomie – mówi Paweł Szczesniewski z Fundacji Pamięci Michała Bobera i Michała Jeziora. – Piłkarze i szkoleniowcy rywalizowali po sportowemu, nie było żadnych złośliwości i mecze toczyły się w bardzo dobrej atmosferze. Do powodzenia memoriału przyczynili się nasi darczyńcy, którym chciałbym bardzo podziękować

RAFAKO RACIBÓRZ – WANDA/INSTAL 1-3 (22-25, 20-25, 25-21, 21-25)

WANDA: Poprawa, Blachura, Rutkowski, Soroka, Pić, Orman – Mrozowski (libero), Piwowarczyk, Siewiorek.

WANDA/INSTAL WALCZY O PIERWSZĄ LIGĘ

Bardzo dobry mecz rozegrali siatkarze nowohuckiej drużyny, dzięki czemu zapewnili sobie miejsce w czwórce i udział play-off. Na pochwały zasłużyła większość zawodników. Dobrze przyjmował i bronił Mateusz Mrozowski, świetnie rozgrywał Paweł Orman, a udanie atakowali Jacek Pić i niezawodny Bartłomiej Soroka. W trudnych chwilach w czwartym secie, przy stanie 19-18 dla gospodarzy, skutecznie blokowali Jakub Blachura i Rafał Poprawa. Po trzech blokach krakowianie odskoczyli od rywali i w ten sposób zagwarantowali sobie występy w dalszej fazie rozgrywek, w której gra się do trzech zwycięstw

Teraz przyjdzie im zmierzyć się z AZS Politechnika Krakowska, który po zasadniczej części sezonu uplasował się na drugim miejscu. Pierwsze mecze odbędą się w dniach 13-14 lutego w hali Politechniki przy ul. Kamiennej. Następne terminy to 27-28 lutego (hala Wandy), a jeśli zajdzie taka potrzeba, to ostatnie spotkanie odbędzie się 5 marca na ul. Kamiennej.

Niestety, nowohucka drużyna w pierwszych dwóch meczach wystąpi jednak osłabiona, gdyż 13 lutego bierze ślub Poprawa. Wanda wystąpiła o przełożenie tych spotkań, ale Politechnika postąpiła zgodnie z „duchem sportu” i nie przystała na takie rozwiązanie.

W drugiej parze play off zmagać się będą MKS MOS Będzin – zajął pierwsze miejsce i czwarte Karpaty Krosno. Zwycięzcy poszczególnych rywalizacji zagrają w finale, a najlepszy w tej fazie rozgrywek wystąpi w barażach o pierwszą ligę z udziałem najlepszych zespołów z pozostałych grup. (dan)

za okazaną pomoc. Wśród nich były znane firmy, które pokazały, że można współpracować, i znane postacie, w tym niedawni zawodnicy Hutnika, jak i sprzed wielu lat.

Rzeczywiście po banerach rozmieszczonych w hali widać było, że sponsorzy nie zawiedli, a wśród nich były np. firmy sportowe z Krakowa, na co dzień rywalizujące ze sobą o klientów. Nie brakło także sportowców, którzy wspomogli fundację w przeprowadzeniu memoriału. W tym gronie znaleźli się m.in. Marek Koźmiński, Mirosław Waligóra, Dariusz Dębosz, Dariusz Garnarcz, Dariusz Kołodziej, Michał Pazdan.

Do 8 lutego na allegro trwa licytacja koszulek z autografami podarowanymi przez byłego piłkarza Hutnika Mirosława Waligórę oraz reprezentacyjnego siatkarza i Skry Belchatów, Bartosza Kurka. Dochód zostanie przeznaczony na potrzeby fundacji.

(dan)

TV P1

6.00 Kawa czy herbata? (w tym: Wiadomości – skrót 6.00, 6.30, 7.00, 7.30, 8.00; Pogoda 6.02, 6.32, 7.02, 7.34, 8.03) 8.10 Kwadrans po ósmej 8.25 Kawa czy herbata? 8.45 Koszmarne Karolek: Koszmarne Karolka nocowanie u kolegi (24) 9.00 I kudłate i łacie 9.10 Dlaczego? Po co? Jak? 9.30 Rodzina Rabatków: Stokrotek i srebrny ekran (19) 10.00 Powrót do przyszłości: Jak Verne wysiedział jajko (1) – serial animowany 10.30 Szkoła złamanych serc (186) 11.20 Telezakupy 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes 12.20 Europa bez miedzy 12.40 Plebania (1445) 13.10 Klan (1833) 13.35 Vancouver 2010: Igrzyska z przesłaniem 14.05 Najgorszy tydzień (15) 14.30 My Wy Oni 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.13 Bonanza (25) 16.05 Moda na sukces (4684) 16.30 Moda na sukces (4685) 17.00 Teleexpress 17.20 Celownik 17.35 Klan (1834) 18.05 Plebania (1446) 18.35 Jaka to melodia? 19.05 Wieczorynka: Hallo, tu Hania! Przystań Ern (18) 19.15 Wieczorynka: Nauki i przyjaciele: Nauki dostaje ataku śmiechu (17) 19.30 Wiadomości 19.55 Sport 20.05 Gwiazdy Pedro's Cup 20.10 Pogoda 20.25 Nieustraszone (6) – serial produkcji amerykańskiej (2008) 21.15 Sprawa dla reportera 22.00 Szminka w wielkim mieście II (4) 22.50 Warto rozmawiać 23.50 Kino nocnych marków: Kropka nad i – film fabularny produkcji angielsko-hispańsko-amerykańskiej (2005); reż.: Matthew Parkhill; wyk.: Natalia Verbeke, Gael Garcia Bernal, Tom Hardy (dozwolone od lat 16) 1.25 Kino nocnych marków: Pisane na wietrze – melodramat produkcji amerykańskiej (1956); reż.: Douglas Sirk; wyk.: Rock Hudson, Lauren Bacall, Dorothy Malone 3.05 Zakończenie dnia

TV P2

5.40 Telezakupy 6.15 Ziemia nieznana: Prawdziwa historia Świętego Mikołaja 6.50 Dwójka Dzieciom: Harry i Hendersonowie (28/72): Maska miłości 7.15 Dwójka Dzieciom: Krópelka – przygody z wodą (20/26): Na pustyni 7.50 Barwy szczęścia (219) 8.30 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama 9.35; Pogoda 9.00, 10.15) 10.55 Dzieciaki górą (40) 11.25 Lasy deszczowe Malezji: Strumienie życia 12.15 Wakacyjne przypadki w produkcji niemieckiej (2004); reż.: Hans-Juergen Tögel; wyk.: Rene Steinke, Ulrike Kriener, Gerit Kling 13.50 Córki McLeoda (203): Następcy 14.45 Święta wojna (253): Molestowanie 15.25 Szansa na Sukces: IRA 16.20 Pejzaż z Europą w tle 16.30 Czarne chmury (6/10): Intryga 17.30 Program lokalny 18.00 Stawka większa niż życie (8/18): Wielka wspa 19.00 Dzieciaki górą (47) 19.30 Nieznana Afryka: Archipelag Komorów 20.05 Barwy szczęścia (388) 20.45 Dr House (75) (dozwolone od lat 16) 21.45 Dr House (76) (dozwolone od lat 16) 22.45 Panorama 23.10 Sport Telegram 23.15 Pogoda 23.25 Markiza Pompadour (2/2) – dramat produkcji francuskiej (2006); reż.: Robin Davis; wyk.: Helene de Fougerolles, Vincent Perez (dozwolone od lat 16) 1.15 Mafijny klan (6/8) (dozwolone od lat 16) 2.15 Wieczór artystyczny: Bo we mnie jest seks – piosenki Kaliny Jędrusik (Przegląd Piosenki Aktorskiej Wrocław 2006) – koncert 3.10 Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Kawa czy herbata? (w tym: Wiadomości – skrót 6.00, 6.30, 7.00, 7.30, 8.00; Pogoda 6.02, 6.32, 7.02, 7.34, 8.03) 8.10 Kwadrans po ósmej 8.25 Kawa czy herbata? 8.50 Budzik: Ufo-

ludki nadciągają 9.15 W krainie władcy smoków (11/26) 9.45 Raj – magazyn 10.15 Skarby nieodkryte – teleturniej 10.40 Rozmowy istotne: Krzysztof Penderecki 11.10 Pomorskie krajobrazy: Towarzystwo z pomysłem 11.30 Plebania (1438) 12.00 Wiadomości 12.10 Klan (1814) 12.35 Tydzień Polski – magazyn 13.05 Łączy nas Polska: Sąsiedzi: Rodacy – felieton 13.25 Barwy szczęścia (183) 13.50 Kobiety, gazety i lzy – film dokumentalny 14.45 Laboratorium XXI wieku: Niezwykłe wokół nas (32) – magazyn 15.05 Bronisław Wildstein przedstawia – talk-show 15.35 Szpital ewangelicki – enklawa współczucia 16.00 Raj – magazyn 16.30 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (63): Re-cykling – cykl reportaży 17.00 Teleexpress 17.20 Budzik: Ufoludki nadciągają 17.45 Moliki książkowe: Andrzej Grabowski i jego książki – magazyn 17.55 Rozmowy istotne: Krzysztof Penderecki 18.25 Pomorskie krajobrazy: Towarzystwo z pomysłem 18.50 Plebania (1438) – telenowela produkcji TVP 19.15 Dobranoc: Długie uszy na polanie (4/13): Jak przestali się przyjaźnić – serial animowany produkcji czeskiej (2006) 19.30 Wiadomości 19.55 Sport 20.10 Pogoda 20.20 Klan (1814) – telenowela produkcji TVP 20.45 Z daleka, a z bliska 21.25 Egzamin z życia (6) – serial produkcji TVP 22.15 Dekalog... po Dekalogu: Pięte – cykl dokumentalny 22.45 Pitbull (22) – serial policyjny TVP (dozwolone od lat 16) 23.30 Bronisław Wildstein przedstawia – talk-show 0.05 Serwis Info Wieczór 0.15 Pogoda Info 0.20 Made in Poland – teleturniej 0.50 Plebania (1438) 1.15 Powtórki programów



**TELEWIZJA
KRAKÓW**

5.55 Serwis info, pogoda 7.45 Kalendarz regionalny: W ciepłym mieście 7.55 Pogoda w regionie 8.00 Gość poranka 8.20 Info Traffic 8.30 Serwis info, pogoda 8.45 Pod Tatrami 8.55 Pogoda w regionie 9.00 Serwis info, pogoda 10.00 Gość poranka 10.15 Biznes – otwarcie dnia 10.30 Serwis info, pogoda 11.15 Info świat 11.30 Serwis info, pogoda 12.15 Biznes 12.30 Serwis info, serwis sportowy, pogoda 13.10 Raport z Polski 13.30 Serwis info, serwis sportowy, pogoda 14.15 Biznes 14.30 Serwis info, pogoda, serwis sportowy 15.10 Raport z Polski 15.30 Serwis info, pogoda, serwis kulturalny sportowy 16.00 Rozmowa dnia 16.15 Info-swiat 16.30 Serwis info, pogoda 16.45 Pogoda w regionie 16.50 Magazyn medyczny 17.05 Krakowskie imprezy S. Markowskiego 17.15 Raport z Polski 17.30 Kronika, pogoda w regionie 17.50 Tematy dnia 18.00 Podglądacze 18.10 Prosto z lasu 18.20 Etniczne klimaty 18.40 Pora na Seniora 19.00 Plotka z AB 19.20 Po Tatrami 19.35 Plus minus 20.00 Serwis info, pogoda 20.10 Minęła dwudziesta – program publicystyczny 21.00 Pogoda info wieczór 21.05 Telekurier – bliżej ciebie 21.30 Serwis info, pogoda 21.45 Kronika, pogoda w regionie 22.00 Kronika sportowa flesz 22.02 Podglądacze 22.15 Studio Lotto 22.20 Dziennik Info – zdarzyło się dziś 22.55 Pogoda info wieczór 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Serwis info, pogoda 23.45 Ceausescu kontra Radio Wolna Europa – film dokumentalny



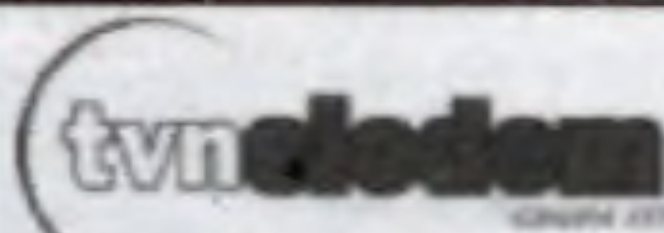
POLSAT

5.15 Wstawaj! Gramy! 6.00 Nowy dzień z Polsat News 7.00 TV Market 7.10 Fortuna wiedzy 7.55 Zasady gry – serial kom. 8.55 Świat według Kiepskich – serial kom. 10.00 Szpital na perypetiach – serial kom. 11.00 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny 11.30 Samo życie – serial obyczajowy 12.00 Rodzina zastępcza plus 13.00 Zasady gry – serial kom. 14.00 Pierwsza miłość – serial obycz. 14.45 Stan wyjątkowy – serial sens. 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody

16.15 Interwencja 16.30 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny 17.00 Świat według Kiepskich – serial kom. 18.00 Pierwsza miłość – serial obycz. 18.50 Wydarzenia 19.30 Samo życie – telenowela 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 – serial krym. 21.00 Porwany – serial krym. 23.00 Droga do raju – dramat wojenny Australia-USA (1997)

tvn

5.50 Uwaga! 6.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7.00 Granie na śniadanie – magazyn 8.00 Majka – telenowela produkcji polskiej 8.30 Dzień dobry TVN 11.00 Na Wspólnej – serial obyczajowy produkcji polskiej 11.35 Granie na ekranie 12.35 Mango 13.35 Detektywi – serial sensacyjny produkcji polskiej 14.10 W-11 – Wydział Śledczy – serial sensacyjny produkcji polskiej 14.50 Bez śladu – serial sens. 15.45 Rozmowy w toku – talk-show 16.55 Sąd rodzinny 17.55 Majka – telenowela produkcji polskiej 18.25 Detektywi – serial sensacyjny produkcji polskiej 19.00 TVN Fakty, sport 19.50 Uwaga! 20.05 Na Wspólnej – serial obycz. 20.45 W-11 – Wydział Śledczy – serial sensacyjny produkcji polskiej 21.30 Masa krytyczna – dramat sens. USA (2003) 23.15 Wszystkie wcielenia Tary (1/12) – serial kom. 23.25 Multikino 0.15 „Randka w ciemno” – kulisy 0.45 Uwaga! 1.05 Po co spać, jak można grać



6.25 Na Wspólnej – serial obycz. 6.55 Kuba Wojewódzki 7.50 B jak Brzydula 2 – telenowela 8.55 Kobra – oddział specjalny – serial sens. 9.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10.50 Mango 12.30 Apetyt na kasę 13.30 Prawo pożądania – telenowela 14.30 Kuba Wojewódzki 15.25 Diabli nadali – serial kom. 15.55 B jak Brzydula 2 – telenowela 17.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 18.00 Ostry dyżur (1/48) – serial obycz. 19.05 Przyjaciele – serial kom. 19.35 Diabli nadali – serial kom. 20.05 Miejski obłęd – dramat sens. USA (1997) 22.25 Podróżnik – serial sens. 23.15 Dom obłąkanych – thriller USA (2001) 1.10 Arkana magii

TV 4

5.15 Muzyczne listy 6.10 TV Market 6.45 Zbuntowani – telenowela 7.45 Dziewczyny z fortuną 8.45 Nie igraj z aniołem – telenowela 9.45 Zakłeta miłość – telenowela 10.45 Benny Hill 11.25 Big Brother 5 – reality show, Polska 2008 12.25 Muzyczne listy 13.30 Dekoratornia – magazyn 14.00 Dziewczyny z fortuną 15.00 Zbuntowani – telenowela 16.00 Big Brother 5 – reality show, Polska 2008 17.00 Idiotki nie idą do nieba – telenowela 18.00 Zakłeta miłość – telenowela 19.00 Nie igraj z aniołem – telenowela 20.00 Galileo 21.00 Quiz show – film obycz. USA (1994) 0.20 Benny Hill 1.00 Sex FM – serial komediowy



PULS

6.00 Stacja Porankowo 8.00 Burza uczuć – telenowela 9.00 Telemarket 9.30 Siłki namiętności – telenowela 10.30 Twarz Analizy – telenowela 11.30 Miłosny nokaut – telenowela 12.30 Ból za kulisy sławy 13.00 Telemarket 13.30 Burza uczuć – serial kom. 14.30 Siłki namiętności – telenowela 15.30 Twarz Analizy – telenowela 16.30 Miłosny nokaut – telenowela 17.30 PopCorn TV – program rozrywkowy 18.00 Gadżet i Gadżetinis – serial anim. dla dzieci 18.30 Był sobie kosmos – serial anim. dla dzieci 19.00 W.I.T.C.H. – Czarodziejki – serial anim. 19.30 Wojownicy wszechczasów – serial dok. 20.30 Szkol Video 21.30 PopCorn TV – program rozrywkowy 22.00 Dyżur 22.30 Zbrodnie niedoskonałe – serial dokum. 23.00 Góło i wesoło 23.30 Szpital – nagłe przypadki 0.30 Góło i wesoło

Bilety na koncert Ireny Santor rozlosowane

KONCERT IRENY SANTOR



KIJÓW CENTRUM, al. Krasińskiego 34 7 lutego 2010 godz. 17.30

BILETY: FilmoTechnika - Pasaż Biela, Rynek Gł. 9, NOT Straszewskiego 26, www.eventim.pl Informacje: tel. 012 429 92 06, 501 38 45 17

Miło nam poinformować, że podwójne zaproszenia na koncert Ireny Santor wylosowali nasi Czytelnicy: Zofia i Wiesław Istelscy z os. Albertyńskiego, Barbara i Władysława Biesiada z os. Słonecznego oraz Helena i Marek Cecuga z os. Uroczego. Bilety można odebrać w redakcji w dniach 4 i 5 lutego w godzinach 10.00–15.00.

Dla Czytelników wylosujemy cztery podwójne zaproszenia

KONCERT KRZYSZTOFA DAUKSZEWICZA



KONCERT

Krzysztof

DAUKSZEWICZ

„Tutka” najnowszy program!

BILETY: FilmoTechnika - Pasaż Biela, Rynek Gł. 9, NOT Straszewskiego 26, al. Jana Pawła II 232, Informacje: tel. 012 429 92 06, 501 38 45 17

Nowohuckie Centrum Kultury
Kraków, al. Jana Pawła II 232
18 marca 2010
godz. 18.15

Informujemy, że organizator odwołał Koncert Walentynkowy. Proponujemy za to Czytelnikom w zamian losowanie 8 biletów lub 4 podwójnych zaproszeń na występ Krzysztofa Daukszewicza, który odbędzie się w Nowohuckim Centrum Kultury 18 marca br. Kupony można przesyłać lub doręczać do redakcji do 8 marca (liczy się data wpływu). Imiona i nazwiska szczęśliwców podamy w nr 11, który ukaże się w kioskach 11 marca, a bilety będzie można odebrać 11 i 12 marca.



GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

POZIOMO: 6. prymulka, 9. kanonik wyższej rangi, 10. żonkil, 12. japońska wal-ka na kije, 14. przyjaciel Sherlocka Holmesa, 15. miasto nad Białą, 18. dubler akro-bata, 19. wieś pod Turbaczem, 20. chrześcijańska demokracja, 22. wychodźca, 25. psychiczny stan oszołomienia i bezruchu, 29. między znajomym a przyjacielem, 30. główna tętnica, 31. barbakan, 32. rozpaczliwy płacz, 33. polski noblista lite-racki.

PIONOWO: 1. ziele na absynt, 2. łyżwy na lato, 3. warstwa opony stykająca się z drogą, 4. gaz szlachetny o l.a. 54, 5. akt pozaparlamentarny z mocą ustawy, 7. kolega karalucha, 8. śródziemnomorskie drzewo iglaste, 11. minerały o barwie szmaragdowej, 13. stawonogi zasiedlające głównie morza, 16. kraj związkowy w Niemczech, 17. ogólnie przyjęta zasada, 21. pisemne wyróżnienie, 23. tytułowy rycerz z francuskiego eposu, 24. taneczna gimnastyka, 26. mama lub tata, 27. krzew owocowy, 28. octowa do marynat, 29. choroba nerek.

Rozwiązania krzyżówki prosimy przysłać do 3 lutego 2010 r.

Rozwiązanie krzyżówki nr 4:

POZIOMO: 6. konstruktor, 9. książę, 10. legwan, 12. gwara, 14. śniedz, 15. nutria, 18. Zelandia, 19. Karyntia, 20. Achilles, 22. trybunał, 25. sztorm, 29. żół-wie, 30. gawra, 31. porter, 32. Dołęga, 33. prezentka.

PIONOWO: 1. żołędź, 2. wstęga, 3. prywata, 4. skalar, 5. Longin, 7. Estera, 8. kanton, 11. intercyza, 13. militaria, 16. Bizet, 17. lagry, 21. izotop, 23. usługa, 24. dewiant, 26. matura, 27. zgroza, 28. gadżet, 29. żółtko.

Nagrodę za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki nr 4 wylosował p. Fryderyk Sak z os. Kolorowego. Nagroda jest do odebrania w redakcji w godz. 9-15. Po odbiór należy przynieść z „Głosem” i dowodem osobistym.

ŁUCZANOWICKIE TURONIE, TEATRALNY TAJWAN I KOMBINATOROWE CZYTANIE

Stowarzyszenie Przyjaciół Łuczano-wic w trosce o zachowanie tradycji po-stanowiło przypomnieć zapomniane już nieco zwyczaje związane z szeroko ro-zumianym okresem bo-żonarodzeniowym. Ta-kim jest np. koledowa-nie, które 20-osobowa grupa mieszkańców po-traktowała z wielką po-wagą. Przygotowano profesjonalne stroje i starannie opracowano scenariusz, więc barwny korowód koledników przyjmowany jest bardzo ciepło wsze-dzie tam, gdzie przyjdzie mu występo-wać. Prezes Stowarzyszenia Mieczysław Rutka zachęcony sukcesem tego pomysłu deklaruje następne przedsię-wzięcia z udziałem mieszkańców os. Łuczanowice.

Filia Nowa Huta to projekt książko-wy, którego matką i ojcem jest Klub Kombinator. Promocje książek i spotka-nia literackie wszelkiej maści połączo-ne z nietypową biblioteką zorganizowa-ną na zasadach partnerskich to nowator-ski sposób publicznego udostępniania

nowości wydawniczych. Filia Nowa Huta ma na celu promocje Nowej Huty oraz zaangażowanie jej mieszkańców w aktywne uczestniczenie w kulturze. O

projekcie opowiedzą Ju-liusz Strachota – autor pomysłu prezentujący jednocześnie swoją nową książkę „Cień pod blo-kiem Mirona Białoszew-skiego”, oraz Bogdan Zalewski – dziennikarz RMF.

W cyklu „Szlakiem no-wohuckich nazw” po-

wrócimy do tajemniczego miejsca zwa-nego Tajwanem. To kolejny punkt na mapie dzielnicy, który dzisiaj już mało komu kojarzy się z pierwotną nazwą. Skąd się wzięło tak egzotyczne nazwa-nie? Rąbka tajemnicy uchyli Maciej Mie-zian, oprowadzając nas jednocze-śnie po okolicach os. Teatralnego.

Wszystkie felietony będzie można zo-baczyć w 198. wydaniu Nowohuckiej Kroniki Filmowej – od piątku 5 II w Kinie Studyjnym „Sfinks” oraz w po-niedziałek 8 II na antenie TVP Kraków. (a.s.)

**NOWOHUCKA
KRONIKA
FILMOWA**

• Dyżurny otrzymał zgłoszenie, że na jednym z bloków utworzyły się nawis-y lodowe, które mogą spaść na zapar-kowane samochody i pieszych. Admini-strator terenu nie zadbał o zabezpiecze-nie przejścia pod blokiem. Strażnicy za-bezpieczyli teren taśmą ostrzegawczą, ukarali administratora mandatem i zobli-gowali do natychmiastowego usunięcia zagrożenia – co uczynił.

NA STRAŻY MIASTA

• Przed komisariatem zatrzymał się autobus MPK linii nocnej. Kierowca poinformował strażników o nietrzeź-wym mężczyźnie, który awanturował się w środku pojazdu. Strażnicy obez-władnili wspomnianego mieszkańca Nowej Huty, gdyż ten śpiąc po całono-cnej imprezie, obudzony zaczął ich ata-kować. Po wyjaśnieniach, pozwolono sprawcy, by się oddalił do miejsca za-mieszkania.

• Strażnicy podjęli interwencję w stosunku do nietrzeźwego mężczyzny. Ten awanturował się w rejonie jednego z punktów usługowych na os. Centrum E. Stwarzał zagrożenie dla siebie i osób postronnych. Na sprawcę nałożono mandat karny 200 zł. Przeprosił on za swoje zachowanie i odszedł. (mp)

**BIURO
OGŁOSZEŃ**
NCK – redakcja „Głosu”
Tel. 643-44-33

**ZNANY KRĘGARZ
TADEUSZ CZARNY
W KRAKOWIE**

Po raz kolejny w Krakowie w NCK wponiedziałek (8.02.2010 r. od godz. 10.30) będzie przyjmował znany krę-garz o sławie ogólnopolskiej, dyplo-mowany technik masażysta Tadeusz Czarny z Przeworska. Rezerwacja ter-minu pod numerem telefonu 0-601 074-892 lub 012 644-28-63. Telefon w Przeworsku: (0-16) 648-82-74. E-mail: tadeuszcarny@poczta.onet.pl. Wiadomości także na stro-nie: www.republika.pl/masazy-sta_czarny.

TANIEJ Z „GŁOSEM”

Księgarnia „ZŁOTY WIEK” Grażyny Tabor w os. Złotego Wieku 19 – pawilon, zaprasza Czytelników „Głosu – Tygodnika Nowohuckiego” na zakupy z 5-proc. bonifikatą książki promowanej w tym numerze. **Kupon jest ważny do 10 lutego 2010 roku.**

Imię i nazwisko:

Adres:

Wśród posiadaczy kuponów zostaną rozlosowane nagrody książkowe.

Księgarnia SKARBICA poleca książkę Jacka Piekary pt. „Ja inkwi-zytor. Wieże do nieba” (wyd. Fabry-ka Słów). Minipowieści, których bo-haterem i narratorem jest Mordimer Madderdin, świeżo promowany ab-solwent Akademii Inkwizytatorium. Piękne dziewczęta giną z ręki okrut-nego seryjnego zabójcy. W drugiej opowieści słynni architekci rywalizu-ją o to, który z nich wybuduje najdo-skonalszą katedrę na świecie.

Z KRONIKI POLICYJNEJ

NAPAD

30 stycznia ok. godz. 23.00 osiedlem Obrońców Krzyża szło dwóch chłop-ców i dziewczyna. Nagle od strony os. Przy Arce wybiegło trzech ubranych na ciemno młodych mężczyzn. Mieli w rękach maczety. Bez słowa zaatakowa-li. Jednego z chłopców ugodzili macze-tą w bark, drugiego nożem w udo. Dziewczynę oszczędzili. Po czym ucie-kli. Poszkodowani powiadomili policję. Ugodzonego nożem chłopca zabrało pogotowie ratunkowe. Na szczęście rana nie okazała się groźna. Chłopak po opatrzeniu rany wyszedł do domu. Po-licja zabezpieczyła ślady. Sprawdziła też nagranie monitoringowe. Śledztwo w toku.

ODPOWIE ZA GROŹBY

30 stycznia ok. godz. 13.00 policjan-ci z VII KP pojechali na interwencję na os. Kazimierzowskie. W mieszkaniu za-stali właściciela, który kilka minut wcześniej zgłosił policji, że do jego domu wtargnął siłą znany mu młody mężczyzna. Wykorzystał moment, że drzwi były niezamknięte. Włożył nogę w drzwi, zablokował je i wszedł. Wła-ścicielowi mieszkania i jego rodzinie groził pozbawieniem życia. Zanim przyjechała policja, uciekł. Policjanci, mając rysopis, zatrzymali na jednym z pobliskich osiedli sprawcę zdarzenia. Przedstawiono mu zarzuty: gróźb karal-nych i naruszenia miru domowego. Jed-no i drugie przestępstwo zagrożone jest karą do 3 lat pozbawienia wolności. 1 lutego prokurator zastosował w stosun-ku do podejrzanego środek zapobie-gawczy w postaci dozoru policyjnego. Sprawca, 27-letni mężczyzna, był już wcześniej karany za groźby. Przyznał

się do winy. Przed sądem odpowie z wolnej stopy. Bliżej nieznane są moty-wy jego zachowania.

PRZYZNAŁ SIĘ

27 stycznia ok. 15.30 pracownicy ochrony sklepu „Media Markt” ujeli mężczyznę, który skradł ze sklepu tele-fon komórkowy „Nokia” wraz z akce-soriami. Ze schowaną w kieszeni kurt-ki komórką usiłował opuścić sklep, nie płacąc. Telefon wart był 349 zł. Wezwa-no policję. Ta zatrzymała złodzieja. W czasie rozmowy zatrzymany przyznał się, że tydzień wcześniej w ten sam sposób z tego samego sklepu skradł identyczny telefon, który sprzedał. Sprawdzone nagranie monitoringowe i okazało się, że faktycznie wcześniej miała miejsce taka kradzież. Zatrzyma-nemu przedstawiono zarzut kradzieży. Czyn ten zagrożony jest karą więzienia do lat 5. Skruszony złodziej dobrowol-nie poddał się karze. Ma 32 lata. Miesz-ka na os. Kombatantów. Nie pracuje. Wcześniej był już karany za rozbój.

DO HOLANDII NIE DOJEDZIE

27 stycznia wieczorem doszło do kol-izji drogowej przy ul. Igołomskiej. Na miejscu zdarzenia policjanci ustalili, że sprawca kolizji jest pijany. Zatrzymano go. Miał 3 promile alkoholu w wydychanym powietrzu. Trzeźwiał w poli-cyjnej izbie zatrzymań. Gdy wytrzeź-wiał, przedstawiono mu zarzut jazdy pod wpływem alkoholu. Przypomnijmy, czyn ten zagrożony jest karą do 2 lat pozbawienia wolności. Ten trzydziesto-kilkuletni mężczyzna rodem z Buska Zdroju powiedział policji, że jechał do Holandii. Nie dojechał. W Nowej Hu-cie zabrano mu prawo jazdy. (jdz)

**SERWIS
OPON „KRAWAL”
OPONY KRAJOWE
I ZAGRANICZNE**

- polecamy unikalny system wyważania kół z testem drogowym
- prostowanie felg aluminiowych i stalowych
- pompowanie kół azotem
- naprawa opon z systemem PAX (autoryzacja Michelin)

Stanowisko z rezerwacją telefoniczną!

Kraków-Nowa Huta, ul. Cienista 3 (róg Kocmyrzowskiej),
czynne 8⁰⁰-18⁰⁰, sob. 8⁰⁰-14⁰⁰
Tel./fax 425-70-08, 643-09-98, www.capala.com.pl

Księgarnia ZŁOTY WIEK poleca książkę Dana Browna pt. „Zaginiony symbol” (wyd. Albatros). Harvardzki specjalista od symboliki Robert Lang-don, na prośbę swego przyjaciela i mentora, Petera Solomona, ma wy-głosić wykład na Kapitolu. Kiedy do-ciera na miejsce, okazuje się, że na wieczór nie zaplanowano żadnego odczytu, a po chwili na środku rotun-dy odkryte zostaje makabryczne zna-lezisko.

TANIEJ Z „GŁOSEM”

Księgarnia „SKARBICA” Anny Włodarczyk, mieszcząca się przy pl. Centralnym proponuje Czytelnikom „Głosu – Tygodnika Nowohuckie-go” zakup z 5-procentową bonifikatą książki promowanej w tym nume-rze. **Kupon jest ważny do 10 lutego 2010 roku.**

Imię i nazwisko:

Adres:

Wśród posiadaczy kuponów zostaną rozlosowane nagrody książkowe.

Głos Młodej Huty

5.05.2010

e-mail: gmh@o2.pl

Nr 6 (199)

Dobroczynność i pasja fotografowania

Maciek znalazł nowy dom

Czteroletni szaro-biały kocur Maciek, po rocznym pobycie w Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt, znalazł dom podczas czwartej akcji adopcyjnej zorganizowanej przez Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida i Krakowskie Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami.

Pierwsza akcja adopcyjna kotów w Ośrodku Kultury im. C. K. Norwida, na os. Górali 5 odbyła się jesienią ubiegłego roku. Do tej pory udało się znaleźć domy dla czterech kotów. Każdorazowo zbierana jest również żywność, koce oraz datki na rzecz bezdomnych zwierząt. Akcji adopcyjnej w ubiegły piątek towarzyszyło otwarcie wystawy fotografii pt. „Czekam”. Ich autorem jest **Paulina Kasprzyk**, wolontariuszka Krakowskiego Towarzystwa Opieki nad Zwierzętami, uczennica XI LO. Zdjęcia zostały wykonane w Krakowskim Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt.

Paulina fotografią zajmuje się od kilku lat, najpierw bardzo amatorsko później, jak podkreśla, zaczęło się to przeradzać w pasję. – *Uwielbiam fotografować. Daje mi to między innymi możliwość uwiecznienia ważnych dla mnie chwil* – mówi. Na wystawę pt. „Czekam” składają się poruszające zdjęcia kotów, które większość swojego życia spędziły w schronisku, ale także tych, które całkiem niedawno znalazły ciepły kąt w przyjaznym domu. Opowiadała o tym podczas wernisażu ich autorka. Zapytana o wrażenia z wykonywania zdjęć mówiła o bardzo miłym przyjęciu w schronisku. – *Pracownicy i wolontariusze udzielali mi potrzebnych informacji. Było mi łatwiej, bo nie po raz pierwszy odwiedzałam to miejsce. A to dla*



Paulina Kasprzyk z kotem Rudim.

tego, że wystawa to połączenie dwóch pasji Pauliny – fotografowania i pomocy bezdomnym zwierzętom. – *Zawsze chciałam pomagać w schronisku, ograniczał mnie tylko wiek. Dlatego, jak tylko uzyskałam tę możliwość zostałam wolontariuszką. Jestem nią od 2008 roku i myślę, że będę jeszcze bardzo długo* – opowiada. Głównie uczestniczy w akcjach adopcyjnych organizowanych przez Krakowskie Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami. – *Na akcjach jestem kilka razy w miesiącu. Zdarza się także, że odwiedzam Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt na ul. Rybnej 3. Ze względu na dużą odległość od mojego miejsca zamieszkania nie tak często jakbym tego chciała. W czasie trwania akcji opiekuję się kotami lub psami przywiezionymi do adopcji. W azylu wyprowadzam wyznaczone psy na spacer, spędzam czas z kotami lub sprzątam ich klatki. Bezinteresowna pomoc, jak przyznaje Paulina, daje przede wszystkim ogromną satysfakcję i świadomość, że bezdomnym, często chorym i starym zwierzętom żyje się lepiej. Na pytanie, jak zachęcałaby swoich rówieśników do wolontariatu, odpowiada – *Sądzę, że jeśli ktoś ma choć trochę wolnego czasu i chęci by zrobić coś pożytecznego, to jest to zajęcie dla niego. Wystarczy trochę wysiłku, a nagroda w postaci miłości i radości tych skrzywdzonych zwierząt jest niezastąpiona.**

Wystawę pt. „Czekam” oglądać można w Ośrodku Kultury im. C. K. Norwida na os. Górali 5. Po jej zakończeniu fotografie Pauliny Kasprzyk będą licytowane na aukcjach organizowanych przez Krakowskie Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami.

MAŁGORZATA HAJTO
Fot. autorka



Kocur Maciek z nową panią Anią Grodecką.

Hutnicy – wyjątkowa wystawa fotograficzna

Projekt fotograficzny pt. „Hutnicy” jest próbą analizy socjologicznej i fotograficznego pokazania problemu restrukturyzacji zatrudnienia w nowohuckim kombinacie metalurgicznym. Realizacja pomysłu została zapoczątkowana w czasie weekendowych warsztatów fotograficznych pt. „Nowa Huta (nie)obiektywnie” prowadzonych przez Tomasza Wiecha. „Dla mnie była to okazja do przełamania oporów przed zaproszeniem do zdjęcia obcych osób. Dla hutników kwestia zaufania nieznajomej osobie z aparatem. Bo zatrudnieni przy produkcji stali w Nowej Hucie to nie tylko liczby zredukowanych etatów, ale przede wszystkim ludzie.” – wspomina **Paweł Suder** autor zdjęć prezentowanych na wystawie.

Wernisaż wystawy pt. „Hutnicy” będzie jednym z elementów spotkania fotograficznego, które odbędzie się w „1949club” przy al. Róż w Nowej Hucie. Zdjęcia zostaną więc zaprezentowane w naturalnym nowohuckim środowisku, w lokalu gdzie niegdyś mieścił się sklep odzieżowy, a obecnie serwowana jest najlepsza w Nowej Hucie kawa. „Wernisaż to jednak nie wszystko, co zaplanowaliśmy na ten wieczór. Zaczniemy od archiwalnego filmu pt. „Kierunek Nowa Huta” w filmowej piwnicy lokalu. Zafundujemy również wszystkim przybyłym sentymentalną podróż w nowohucką przeszłość. Wykonamy Wam czarno-białe zdjęcia na tle sceny sprzed kilkudziesięciu lat. Będzie to również jedna z niewielu okazji



do oglądnięcia unikalnych pamiątek z terenów Nowej Huty i kombinatu. Naszych gości poczęstujemy oranżadą o tradycyjnym smaku a transport zapewnią kultowe Nyski z „Communist Cars”. – zachęcają organizatorzy: portal kreatywnej fotografii „Fotomargines.pl” i „1949club”. Piątek 5.02.2010 r. Godz. 19.00. „1949club”, osiedle Urocz 12. Nie może Cię zabraknąć! Fot. Paweł Suder

KONKURSY Z NAGRODAMI!

BILETY DO PARKU WODNEGO DLA NASZYCH CZYTELNIKÓW

Dzisiaj prezentujemy zdjęcie, które wygrało w pierwszej tegorocznej edycji konkursu „Jak rybka w wodzie”. Fundatorem nagród w tym konkursie jest Park Wodny Kraków, zwycięzca otrzymuje 2-osobowe, 2-godzinne zaproszenie do hali basenowej PW. Aby wziąć udział w konkursie wystarczy wysłać do nas, na adres gmh@o2.pl zdjęcie związane z wodą, kąpielą, pływaniem, zebrać dwa kupony konkursowe i czekać na ogłoszenie wyników.

Ważne: zdjęcie musi mieć min 1 MB, w treści maila podać należy telefon kontaktowy i proponowany tytuł zdjęcia, dobrze jest również napisać, kto jest na zdjęciu.



Czasami mogę być rozgwieżdżką – Kubuś Jedynak.

„Jak rybka w wodzie”

Edycja 16



Kupon
nr 1

SZLACHETNE ZDROWIE NIKT SIĘ NIE DOWIE

Przypominamy, że wspólnie z Centrum Rozwoju Com-Com Zone, ogłosiliśmy konkurs literacko/dziennikarski. Aby wziąć w nim udział należy wysłać do nas DOWOLNĄ słowną pochwałę zdrowego stylu życia, lub refleksję na temat tego jak ludzie zaniedbują zdrowie. Czekamy na Wasze reportaże, felietony, fraszki, opowiadania, wiersze. Najciekawsze z nich opublikujemy, osoba która wygra konkurs będzie mogła zadbać o swoje zdrowie w Com-Com Zone, które ufundowało nagrody w tym konkursie: wejściówki na siłownię dla dwóch osób (dobrze wiemy, że nie lubicie chodzić w takie miejsca sami, zawsze fajnie jest zabrać ze sobą kumpla, koleżankę, dziewczynę czy kogo tam sobie chcecie, dlatego zwycięzca dostanie nie jedną, ale aż dwie wejściówki).

Warunkiem odbioru nagrody jest posiadanie przynajmniej dwóch kuponów konkursowych, które drukowane będą do końca lutego na łamach „Głosu Młodej Huty”.

Na wasze prace czekamy do końca lutego. Piszcie na adres gmh@o2.pl.

Szlachetne
zdrowie...



W NOWOROCZNYM NASTROJU OPLĄTEK U PIJARCZYKÓW

W ostatnią niedzielę stycznia, w Klubie „Pod Kasztanami” Koło Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów nr 11 w osiedlu Kościelniki zorganizowało spotkanie które nazwało „W noworocznym nastroju”.

Przybyło na nie wielu gości, których witały gospodynie spotkania: prezes koła **Stefania Kubińska** oraz panie z klubu **Iwona Piskorz** i **Stanisława Miszczyk**. Na sali mogliśmy zobaczyć również radnego Dzielnicy XVIII Nowa Huta **Wojciecha Ruśniaka**, przewodniczącą Polskiego Związku

W noworoczny nastrój wprowadził zgromadzonych zespół „Echo”. Zespół działający pod kierunkiem **Leokadii Pawlus** wykonał, oprócz kolęd, kilka utworów muzyki popularnej między innymi utwory takie jak między innymi *Uciekaj moje serce* z repertuaru **Seweryna Krajewskiego** czy **Leonarda Cohena** *Dance Me To The End Of Love*. Niespodzianką dla wszystkich było przybycie, jako że to ostatnia niedziela kolędowania, zespołu „**Herody**”. Jego założycielem i kierownikiem jest **Mieczysław Rutka**. Członkami zespołu są mieszkańcy działający w Stowarzyszeniu Przyjaciół Łuczanowic. Osiemdziesiąt występów, jakie artyści dali w kościołach, klubach kultury i przeglądach grup kolędniczych, jak na rok ich działalności, to pokaźny dorobek. Zespół przybył prosto z przeglądu w Zabierzowie.

Spotkanie zakończyło biesiadowanie przeplatane wspólnym śpiewaniem przy suto zastawionych stołach przygotowanych przez członkinie Koła nr 11. Wycho-
dzący z tego spotkania uczestnicy zgodnie twierdzili, że był to dla nich ciekawie spędzony czas. Zamiast siedzieć przed telewizorem można było pośpiewać, porozmawiać i wspominać dawne czasy.

W.R.

Fot: Wojciech Ruśniak

Uroczysty przebieg miało XVIII spotkanie opłatkowe wychowanków szkół pijarskich w Krakowie. Rozpoczęła je Msza św. odprawiona przez kapelana Stowarzyszenia Wychowanków ks. dr. **Mieczysława Rolka**, który w kazaniu podkreślił tradycje szkół pijarskich i rolę, jaką do spełnienia mają członkowie Stowarzyszenia. Po nabożeństwie w hotelu „Europejskim” odbyło się spotkanie opłatkowe.



Zastępca prezydenta Krakowa **Wiesław Starowicz** (drugi od prawej) z odznaczonymi medalami „*Honoris Gratia*” członkami Stowarzyszenia Wychowanków Szkół Pijarskich.

Historia Stowarzyszenia sięga roku 1993. Właśnie 23 stycznia tamtego roku, w czasie spotkania opłatkowego, z inicjatywy ks. **Mieczysława Rolki** (matura 1968) oraz **Stanisława Wójcika** (matura 1951) postanowiono założyć Stowarzyszenie Wychowanków, które ostatecznie zostało zarejestrowane w sądzie 23 października 1993 roku. Jego głównym celem jest wspieranie działalności szkół pijarskich oraz rozwijanie i kontynuowanie bogatych tradycji tych szkół. O działalności Stowarzyszenia

szeroko opowiadali prezes jego Zarządu **Jacek Fortuna** oraz prezes Rady **Kazimierz Wapiennik**. Uroczystość honorowym patronatem objął prezydent Krakowa prof. **Jacek Majchrowski**.

W trakcie spotkania zastępca prezydenta **Wiesław Starowicz** wręczył odznaki „*Honoris Gratia*” **Aleksandrowi Chmielowi**, **Kazimierzowi Fuchsie**, **Kazimierzowi Gorgoniowi** i **Andrzejowi Ledkiewiczowi**.

S.W.

Fot.: Stanisław Wójcik

Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Nowej Hucie **Leokadię Pawlus**, proboszcza parafii pw. Wszystkich Świętych w Górcie Kościelnickiej ks. **Stanisława Palichleba**, zespoły „**Ambaras**” z Klubu Karino z Chałupek i „**Nutki**” z Klubu **Herkules** z Branic oraz wielu mieszkańców osiedla.

Walentynki z Sercem

14 lutego
12⁰⁰ - 18⁰⁰

Walentynki
na sportowo!

walentynkowe promocje
pokaz akrobatyki tanecznej
konkursy i niespodzianki
dla zakochanych

Wspomóż Haiti
zrób zakupy w sklepach
galerii za minimum 50 zł
a my prześlemy część
wydanej przez Ciebie
kwoty Polskiej Akcji
Humanitarnej na rzecz
ofiar trzęsienia ziemi

Możesz także wspomóc akcję PAH
na rzecz Haiti wysyłając SMS o
treści Haiti na numer **74505**.
(Koszt SMS-a to 4 zł plus VAT.)



CZYŻYNY
CENTRUM HANDLOWE
Medveckiego 2

Nad nasze Bałtyckie Morze jeździmy z reguły latem, aby zażyć kąpie-
li i plażowania w słońcu. Sezon trwa tu niedługo, bo w zasadzie rozpo-
czyną się dopiero z końcem czerwca, a kończy z początkiem września.
Są jednak tacy, którzy lubią przyjeżdżać nad Bałtyk jesienią i wiosną,
a nawet niektórzy odpoczywają tutaj zimą. W wielu nadmorskich miej-
scowościach znajdują się sanatoria i obiekty rekreacyjne czynne cały rok.
Ja przed laty byłem w Niechorzu na wiosnę i podziwiałem budzącą się
po zimie nadmorską przyrodę. Wypłynąłem także na połów łososi, a w
sieci widziałem duże płocie i pstragi, a także szlachetne sandacze, bo w
tym rejonie są jeziora i ryby słodkowodne wypływają w morze. Tym
razem w środku zimy pojechałem do Mielna – Unieścia.

senie, ale można też popływać. Ja
codziennie przepływałem od 1500 do
2000 metrów. Przy basenie znajdują
się trzy sauny. Jedna klasyczna sucha
fińska, druga parowa, a trzecia typu
infrared z lampami na podczerwień.
Jest też jacuzzi z podwodnymi dysza-
mi, które znakomicie masują strumie-
niem wody. Ja przebywałem na wczas-
ach rekreacyjnych i te wszystkie
urządzenia miałem do dyspozycji w

w teren. W półtorej godziny z kija-
mi w stylu nordic walking w grupie
przechodziło się 7–8 kilometrów. Po
powrocie zabiegi, ja korzystałem re-
gularnie z inhalacji oraz spróbowa-
łem terapii manualnej i masażu.
Wczesnym popołudniem zjadałem
obiad z kilkoma surówkami do wybo-
ru i znów wyruszałem w teren. Nie
ukrywam, że docierałem plażą do
miejscowości Chłopy w jedną stronę

dzarni jeszcze gorącego halibuta,
makrele, trefala, a nawet węgorza.
Niestety ceny rybek rosną z roku na
rok. Najtańsza jest świeża flądra, któ-
rą całą kupimy już od 4-5 zł/kg, a
częściowo filetowaną po 7-8 zł/kg
lub pełnego fileta za 12 zł/kg. Dorsz
już był droższy i za odgłowioną i wy-
patroszoną tuszkę płacimy 12-13 zł/
kg, fileta ze skórą kosztował 18 zł/kg,
a bez skóry 21 zł/kg. Zdecydowanie

ZIMĄ NAD BAŁTYKIEM



Samotny jeleń przysypany śniegiem pod Urzędem Gminy Mielno.

Ten nadmorski kurort, położony
pomiędzy jeziorem Jamno i Bałty-
kiem, w drugiej połowie stycznia za-
sypany śniegiem i skuty mrozem był
zupełnie inny niż latem. Gdy bywa-
łem tutaj w sezonie przejazdu, to
ledwo przeciskałem się w tłumie
wczasowiczów. Smażalnie ryb i bary
były pełne klientów. W licznych skle-
pikach i straganach można było kupić
wszystko co potrzebne jest na plaży,
a także pamiątki z nad morza. Trud-
no było znaleźć wolne miejsce w
licznych tutaj pensjonatach czy kwa-
terach. Po prostu Mielno tętniło ży-
ciem. Tym razem poznałem zupełnie
inną miejscowość.

DOJAZD BEZ PROBLEMÓW

Już nad morze z Krakowa pojecha-
łem z żoną inaczej niż latem. W let-
nim sezonie jeździmy tutaj samocho-
dem, a podróż z przerwami na kawę
i posiłek trwa 8–10 godzin, w zależ-
ności od wybranej drogi i natężenia
ruchu. Tym razem pojechaliśmy do
Koszalin pociągiem sypialnym rela-
cji Kraków – Kołobrzeg. Podróż
trwała zdecydowanie dłużej, bo 16
godzin, ale za to była wygodna i nie
męcząca, a koszty przejazdu autem i
pociągiem są porównywalne dla
dwóch osób. Oczywiście taniej wy-
chodzi, gdy podróżujemy samocho-
dem w większej 4–5-osobowej rodzi-
nie. O dziwo mieliśmy szczęście, bo
pociąg w jedną i drugą stronę do-
jeżdżał punktualnie do celu. Z Kosza-
lina do Unieścia dojechaliśmy mikro-
busem za jedyne 4 zł od osoby. Linie
obsługuje firma, która w zasadzie
przez siedem dni w tygodniu, nieza-
leżnie od pory roku zapewnia regu-
larną komunikację na tej trasie co 15

minut. Zatem z dojazdem nie ma żad-
nego problemu.

W BYŁYM OŚRODKU „CHEMOBUDOWY”

Celem naszego pobytu był ośrodek
Eden Spa w Mielnie – Unieściu. Kie-
dyś był to dom wczasowy na wyso-
kim poziomie krakowskiej Chemo-
budowy. Po transformacji ustrojowej
ośrodek dzierżał specjalizujący się
w turnusach rekreacyjnych z odchud-
zaniem najemca. W szczytowym
okresie prowadził on kilka takich
ośrodków nad morzem i w górach. Z
czasem jednak dzierżawa stawała się
nieopłacalna dla właścicieli ośro-
dów, gdyż najemcy prowadzili dość
ekstensywną eksploatację nie swoich
nieruchomości. Zatem nic dziwnego,
że właściciele ośrodków sprzedawali
swoje mienie. Najpierw ośrodek ku-
pił jeden przedsiębiorca, ale odsprze-
dzał go szybko innej osobie. Ten wło-
żył spore środki w renowację objek-
tu, który osiągnął przyzwoity stan-
dard.

JAK W EDENIE

W Edenie Spa jest 120 miejsc,
głównie w pokojach dwuosobowych,
ale są też „jedenki”. My przyjechali-
śmy na pierwszy w tym roku turnus
rekreacyjny, w którym brało udział
ok. 70 osób. Można przyjechać na
dwa tygodnie, ale także na jeden ty-
dzień. Ośrodek polecam tym wszyst-
kim, którzy stawiają na zdrowy styl
życia. Jeśli chcesz zrzucić zbędne ki-
logramy, podleczyć kregosłup i serce,
odzyskać wigor i chęć do życia to
warto tu przyjechać. Do dyspozycji
wypoczywających jest kryty basen z
morską wodą o wymiarach 20x10
metrów. Pozwala to na zajęcia w ba-

ramach opłaty 1260 zł za dwutygo-
dniowy pobyt. Do tego niezie wyży-
wienie ze szwedzkim stołem sałatko-
wym i herbatami ziołowymi (15 ga-
tunków) i zimnymi wodami z cytry-
ną i grejpfrutem oraz wodą z kisz-
onej kapusty i spod kiszonych ogór-
ków do dowolnej dyspozycji. Mał-
żonka korzystając z wczasów rekre-
acyjnych z programem odchudzania
korzystała dodatkowo z zajęć z in-
struktorami w basenie, na sali gimna-
stycznej, czy w terenie (za dodatko-
wą opłatą). W Edenie jest także przy-
zwoita baza zabiegowa, gdzie można
skorzystać z masażu, terapii manual-
nej, masażów podwodnych, biczów
szkockich, kąpiei solankowych,
okładów borowinowych, inhalacji a
także sporej gamy zabiegów elektro-
fizycznych. Za zabiegi wnoszą się
opłaty porównywalne do tych jakie są
w sanatoriach. W powrotnej drodze
wracałem z małżeństwem w prze-
dziale, gdzie żona przebywała w sa-
natorium w Kołobrzegu w ramach
NFZ, a mąż do nie dojechał na ty-
dzień i płacił 160 zł za dobę z 4 za-
biegami. Uważam, że ja poniosłem
mniejsze koszty, a skorzystałem z
niezłej bazy i wypocząłem jak w
prawdziwym edenie.

INTENSYWNY WYPOCZYNEK

Okazało się, że mój dzień pobytu
był tak wypełniony zajęciami, że
miałem mniej czasu, gdy przebywa-
łem tu niedaleko latem na wywczas-
ach. O 8 rano dzień rozpoczynałem
poranną gimnastyką na plaży, nawet
w 16-stopniowym mrozie. Pół godzi-
ny ćwiczeń wprowadzało człowieka
w dobry nastrój na cały dzień. Póź-
niej było solidne śniadanko i wyjście

lub do kanału łączącego Jamno z
Bałtykiem w drugą stronę. Dziennie
zaliczałem zatem 15–20 kilometrów
marszobiegu. Po południu i wiecz-
orem królował basen z saunami i ja-
cuzzi. Po kolacji można było korzy-
stać z tańców w znajdującej się tutaj
kawiarni.

RYBACY NIE PRÓŻNUJĄ

Mimo prawdziwej aury zimowej,
znajdujący się port rybacki w Unie-
ściu cały czas pracował. W morze

droższy był łosoś i inne ryby impor-
towane. Ja skorzystałem z okazji i
jadłem sandacza, który świeży wypa-
troszony kosztował 24 zł/kg. Oczywi-
ście ryby smażone i wędzone koszt-
owały drożej, ale być nad Bałtykiem i
nie spróbować świeżej ryby byłoby
grzechem.

W SOPOCIE

W wolną niedzielę (bez zajęć) po-
jechaliśmy do Sopotu. W tym kuror-
cie mimo siarczystego mrozu i obfi-



Kutry rybaków pomimo aury zimowej wychodziły w morze na połów ryb.

wychodziły kutry, które przywoziły
świeżą rybę. Królował dorsz i flądra,
ale łowiono także łososia, a nawet
sandacza. Rybkę w znajdujących się
tutaj tawernach można było zamówić
smażoną lub zjeść wędzoną. Oprócz
wspomnianych łowionych w Bałtyku
ryb, można było zjeść prosto z wę-

tego śniegu, wypoczywających osób
było dużo. Na mołu można było spo-
tkać nie mniej ludzi niż latem. Po
plaży wędrowały spore tłumy spacer-
owiczów. Udał się do tawerny
„Przystań” przy przystani rybackiej,
gdzie nie było wolnego miejsca, a
klienci na nie wręcz polowali. Tutaj
zjedliśmy pyszną zupę rybną za jedy-
ne 10 zł miseczka, ale dwie porcje
halibuta garni z zapiekankami z czos-
nkiem bułeczkami kosztowały 49 zł.
Tak więc ceny nie odbiegały od tych
z sezonu. Przy okazji będąc w Sopo-
cie zorientowaliśmy się jakie są ceny
w pensjonatach i na kwaterach. Oka-
zało się, że już część miejsc na sezon
była zarezerwowana. A ceny jak
przystało na Sopot przekraczały 50 zł
od osoby i zbliżały się do 100 zł w
apartamentach z aneksem kuchennym
i parkingiem, bez wyżywienia. Zasta-
nawiam się zatem, czy latem nie wyj-
dzie mnie taniej wypoczynek nad in-
nym ciepłym morzem. Natomiast ty-
kałem bakcyła zimowego wypoczyn-
ku nad Bałtykiem i zamierzam po-
wrócić tutaj w przyszłym roku...



Zimą korzysta się z kąpiei w podgrzewanej wodzie morskiej na basenie.

SLAWOMIR PIETRZYK
Fot. autor

ANKIETA W SPRAWIE LOKALIZACJI POMNIKA PUŁKOWNIKA R. KUKLIŃSKIEGO



Szanowni Państwo!

4 listopada 2009 r. Rada Miasta Krakowa podjęła uchwałę o wzniesieniu pomnika pułkownika Ryszarda Kuklińskiego. Zgodnie z uchwałą Prezydent Miasta Krakowa przedstawi propozycje lokalizacji pomnika, uwzględniając przy tym oczekiwania mieszkańców. Ostateczną decyzję w sprawie miejsca, w którym pomnik będzie wzniesiony, podejmie Rada Miasta Krakowa, a jego projekt zostanie wyłoniony w otwartym konkursie.

Licząc na Państwa opinie, zapraszamy do wypełnienia ankiety zawierającej propozycje usytuowania pomnika. W przypadku, gdy żadna z podanych lokalizacji nie jest Państwa zdaniem odpowiednia, w ankiecie można wskazać własną. Wymienione lokalizacje zostały zaproponowane w porozumieniu z inicjatorem i fundatorem budowy pomnika – Stowarzyszeniem im. płk. Ryszarda Kuklińskiego.

Ankieta jest anonimowa, można ją składać do 23 lutego 2010 roku we wszystkich siedzibach Urzędu Miasta Krakowa, w specjalnie oznakowanych punktach. Ankiety można również przelać na adres: Urząd Miasta Krakowa, pl. Wszystkich Świętych 3-4, 31-004 Kraków z dopiskiem „pomnik pułkownika Ryszarda Kuklińskiego”.

ANKIETA

Gdzie w Krakowie powinien stanąć pomnik pułkownika Ryszarda Kuklińskiego? (zaznacz kratkę przy wybranej przez Ciebie lokalizacji)

- ☐ 1. Środek pl. Centralnego im. Rónalda Reagana
- ☐ 2. Obszar pomiędzy Nowohuckim Centrum Kultury a os. Centrum E
- ☐ 3. Al. Róż, plac tzw. „ratuszowy”
- ☐ 4. Park Lotników, po stronie południowej al. Jana Pawła II (rejon fontanny)
- ☐ 5. Plac Jana Nowaka-Jeziorańskiego
- ☐ 6. Inne – jakie?

Ankieta jest anonimowa, ale w podziękowaniu za poświęcony czas wśród tych z Państwa, którzy podadzą swoje dane osobowe, rozlosujemy trzy cenne nagrody.

Jeśli chcą Państwo wziąć udział w losowaniu nagród, prosimy o wypełnienie poniższego formularza:

1. Imię i nazwisko

2. Adres zamieszkania

3. Telefon



ZARZĄDZANIE I OBSŁUGA NIERUCHOMOŚCI

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Mistrzejowice-Północ” z siedzibą w Krakowie, os. Boh. Września 26 – oferuje kompleksowe usługi w zakresie zarządzania nieruchomościami mieszkaniowymi i komercyjnymi:

- ✓ zarządzanie i obsługa nieruchomości
- ✓ prowadzenie ewidencji księgowej
- ✓ doradztwo i obsługa prawna
- ✓ występowanie w imieniu wspólnot przed urzędami i sądami
- ✓ windykacja należności
- ✓ przeglądy, naprawy, konserwacje, remonty, modernizacje
- ✓ sprzątanie, utrzymanie zieleni

Kontakt telefoniczny: 012 648-23-19
E-mail: smmistrzejowicep@poczta.onet.pl
www.smmistrzejowicepolec.pl



działający od ponad 15 lat

Biura: os. Kalinowe 4, tel. 12 648-40-92

ul. Okólna 4, tel. 12 655-01-42

e-mail: zarzadca@prokocim.pl

ZAPRASZA

Wspólnoty Mieszkaniowe
do współpracy w zarządzaniu nieruchomościami

- dysponujemy doświadczonym zespołem, którego członkowie posiadają licencje państwowe – ich kompetencje są rękojmią profesjonalnej i rzetelnej dbałości o wasz budynek
- gwarantujemy jasne i przejrzyste rozliczenie kosztów
- prowadzimy przygotowanie i realizację przedsięwzięcia budowy instalacji ciepłej wody użytkowej w budynkach Wspólnot Mieszkaniowych – alternatywnie do remontu przewodów kominowych (realizacja w jednym z budynków zarządzanych przez nas zakończona w 2009 r.).

Jesteś zainteresowany – zapraszamy!

WIELKI BAL KARNAWAŁOWO-WALENTYNKOWY

W CKB AMBASADOR 13 LUTEGO 2010 r.

GORĄCE RYTMY ZAPEWNI ZESPÓŁ MUZYCZNY,
A WODZIREJ LICZNE NIESPODZIANKI.

PROPONUJEMY STÓŁ SZWEDZKI Z GORĄCYM DANIEM, ALKOHOL
WE WŁASNYM ZAKRESIE.

BON KONSUMPCYJNY 130 ZŁ OD OSOBY
DO 6 LUTEGO ZNIŻKA 10%,
DLA GRUP POWYŻEJ 10 OSÓB DODATKOWO 10%

Informacja i sprzedaż bonów: tel. 784-998-122
os. Na Lotniku (ul. Urbanowicza 10) Kraków
mail: biuro@ambasador.krakow.pl

ADMINISTROWANIE I ZARZĄDZANIE BUDYNKAMI

Firma „BIZ”, Licencjonowany Zarządca Nieruchomości,
inż. Zbigniew Serafin, os. Centrum A, bl. 12 w Krakowie

przyjmie w zarząd
lub administrowanie budynki
po konkurencyjnych niskich cenach
i na rozsądnych zasadach.

Wiadomość: tel. 12 642-08-04 lub 0509-241-431.

POŻEGNALIŚMY WŁADYSŁAWA SADOWSKIEGO

W miniony poniedziałek rodzina oraz liczne grono przyjaciół, kombatantów i byłych pracowników huty, a także wychowanków pożegnało na cmentarzu w Grębałowie Władysława Sadowskiego, który zmarł w wieku 98 lat. W swoim długim życiu dał się poznać ludziom, z którymi zetknął go los, jako człowiek życzliwy i pomocny. Stąd cieszył się szacunkiem i uznaniem wśród współpracowników, uczniów Technikum dla Pracujących HiL oraz braci kombatanckiej, w imieniu której pożegnał Zmarłego nad grobem dr Henryk Szpiła w asyście pocztu sztandarowego.

Władysław Sadowski urodził się w 1912 roku w Łękach Krośnieńskich, w rodzinie robotnika rolnego, ale z korzeniami drobnej szlachty. Mimo nielatających przedwojennych warunków, ukończył najpierw szkołę powszechną w Jaćmierzu, gimnazjum i liceum w Sanoku, a następnie polonistykę na Wydziale Filozoficznym Uniwersytetu Jagiellońskiego, dzięki wytrwałości i pracy jako korepetytor. W latach 1935–36 odbył obowiązkową służbę wojskową i ukończył Szkołę Podchorążych w Grodnie. 24.08.1939 został zmobilizowany w stopniu sierżanta podchorążego i brał udział w kampanii wrześniowej jako dowódca plutonu w 76 Pułku Armii „Prusy”. Brał udział w walkach obronnych od Sulejowa poprzez Nowe Miasto, Maciejowice, Dęblin, Lublin, aż dotarł pod Lwów, gdzie próba przedarcia się do zgrupowania gen. Sosnkowskiego nie udała się i 27 września dostał się do niewoli. Uciekł z transportu i powrócił do pracy w Dąbrowie Tarnowskiej, gdzie przed wojną pracował w hucie „Bankowej”. W 1941 r. wstępuje do AK, prowadząc rozpoznawanie produkcji bomb i części do „tygrysów”, a także działa w tajnym nauczaniu. W 1943 r. aresztowany przez Niemców trafia do obozu polenlager 83 na Morawach. Dzięki śmiałości pomysłów i przyjaźniom zostaje specjalistą od produkcji rośliny oleistej i trafia w rodzinne strony do gospodarstwa zajmującego się eksperymentalną produkcją roślin, które miały stać się nowym źródłem paliw. Po wojnie początkowo pracuje w staro-



stwie w Sanoku, ale już w 1946 r. powraca do hutnictwa, z którym związał się pracą do emerytury. Pracuje w hucie Zabrze i awansuje do Centralnego Zarządu Przemysłu Hutniczego w Katowicach, a nawet Komisji Planowania Gospodarczego w Warszawie. Niedawno w rozmowie ze mną, której efektem była sylwetka nowohucianina przedstawiona na łamach „Głosu”, wspominał jak ktoś „życzliwy” odkrył jego kartę AK-owską, która kończy jego karierę w centrali. Zostaje wysłany w 1953 r. do Kombinatu Metalurgicznego w Nowej Hucie. Tu pracuje do przejścia na emeryturę w 1977 roku, będąc m.in. kierownikiem sekcji w dziale szkolenia i przygotowania kadr, kierownikiem działu

kwatruńkowego, kierownikiem Ośrodka Informacji Prasowej. Wówczas ściśle współpracował z „Głosem Nowej Huty”, którego korespondentem był przez długie lata. Gdy ja się związałem z redakcją „Głosu” w latach osiemnastych, poznałem pana Władysława jako niezwykle cenionego fachowca i nadal aktywnego człowieka. Przez 16 lat był nauczycielem j. polskiego w Technikum dla Pracujących HiL. Działał społecznie w kulturze i sporcie, współpracując z Teatrem Ludowym i Domem Kultury HiL oraz szefował sekcji szachowej w „Hutniku”. Po przejściu na emeryturę ze stanowiska zastępcy kierownika Działu Kadr ds. Humanizacji nadal pracował na 1/2 etatu, w Przemysłowym Zespole Opieki Zdrowotnej, jako specjalista ds. planowania, działał aktywnie w Radzie Robotniczej HiL oraz w organizacji kombatanckiej ZBoWiD. Po przekształceniu tej organizacji po roku 1990 w Związek Kombatanatów RP i b. Więźniów Politycznych, został prezesem Koła HTS w tej organizacji, pełniąc tę funkcję przez kilka kadencji i zostając jej Honorowym Prezesem do końca. W tej działalności kombatanckiej znów zetknęły się nasze drogi i mogłem poznać pana Władysława jako prawdziwego patriotę, szanującego krew kombatantów walczących o niepodległość Polski, ponad podziałami politycznymi. Władysław Sadowski był odznaczony licznymi odznaczeniami i medalami m.in. Krzyżem Oficerskim i Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski, Złotym Krzyżem Zasługi, Medalem za Udział w Wojnie Obronnej 1939 jako „weteran chwały”, a także odznaką Budowniczych Nowej Huty.

Odszedł człowiek prawy i szlachetny, życzliwy oraz pomocny innym. Na pewno pozostanie w dobrych wspomnieniach wielu ludzi. Cześć Jego pamięci.

SLAWOMIR PIETRZYK

„JĘDRUSIE” W „KARINO”

Klub „Karino” w os. Chałupki, pod kierownictwem Elżbiety Nowak, gościł zespół „Jędrusie” działający przy klubie „Jędrus” w os. Centrum A. Kierownikiem zespołu jest Henia Krawczyk. Spotkanie miało charakter kameralny i odbyło się z inicjatywy Klubu Aktywnych Kobiety. W ramach realizacji swoich założeń klub ma na celu integrację ze wszystkimi grupami społecznymi aktywnie działającymi. Panie zapraszają wszystkich chętnych do wymiany doświadczeń, miłego spędzania czasu, ciekawych spotkań i wspólnego realizowania planów na przyszłość. W piątkowy wieczór przy ciastkach, kawie i lampce wina oraz wspólnym śpiewaniu mile spędzano czas. Dodatkowo zespół „Jędrusie” uświetnił spotkanie swoim występem specjalnie na tę okazję przygotowanym. Zaskoczeniem dla gości było podanie pieczonych pampuchów ziołowych z nadzieniem pieczarkowym i czerwonym barszczykiem wykonanych przez panie z „KAK”. Przy okazji spotkania nie zabrakło również dreszczyku emocji spowodowanego przekazaniem pozytywnej energii przez uczestniczkę zespołu „Jędrusie” Natalię Wolak. Jest ona bioenergoterapeutką i swoją wiedzą na ten temat chętnie podzieliła się z uczestnikami spotkania. Klub Aktywnych Kobiety, wraz ze wspierającymi je paniami



z klubu „Karino” Elą Nowak i Elą Kozub mają nadzieję na organizację kolejnych spotkań z chętnymi do współpracy kobietami działającymi w swoich środowiskach. Spotkanie zakończyło się obietnicą dalszego zacieśnienia nawiązanej współpracy pomiędzy KAK i zespołem „Jędrusie”.

oprac. (mp)

USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE

Tel. 0 508 900 255 lub 0 507 258 922

BIURO OGŁOSZEŃ

NCK TEL. 643-44-33



ZAKŁADY POGRZEBOWE

Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.

ul. Rakowicka 35a, tel. 411-47-76, ul. Reduty 1, tel. 411-35-26, cm. Grębałów, tel. 645-31-61, cm. Podgórze, tel. 656-55-11, ul. Pielęgniarek 6, tel. 632-31-77,	pn.-pt. 7.30–15.30, sob. i św. 8.00–14.00 pn.-pt. 7.30–15.30, pn.-pt. 7.00–15.00, sob. 8.00–14.00, pn.-pt. 7.30–15.30, pn.-pt. 7.00–15.00
--	---

DIŻUR CAŁODOBOWY – PRZEWOZY Z MIESZKAŃ

również w soboty i święta pod tel. 411-45-02 lub 04, Batowice, ul. Reduty 1

Kompleksowa obsługa pogrzebów, duży wybór trumien, obsługa żałobników, transport kraj i zagranicą, kremacja, nekrologi, wieńce, formalności w USC itd.

REALIZUJEMY WSZELKIE ZASIŁKI POGRZEBOWE

POGRZEBOWE USŁUGI:

◆ **KOMPLEKSOWO** ◆ **BEZGOTÓWKOWO**

Bezpłatny całodobowy przewóz zwłok z mieszkań do chłodni

„REKORDIA” (w budynku administracyjnym cmentarza w Grębałowie)

Tel. 645-47-24 (CAŁĄ DOBĘ)

CORDIA

os. Na Skarpie 24
os. Uroczę 5

(012) 644-87-75, 0512-179-466
0504-180-180

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE TANIO – CAŁODOBOWO

B. KWIECIŃSKA

Różnicę zasiłku wypłacamy przed pogrzebem

czynne 8.00–15.30

ZAKŁAD USŁUG POGRZEBOWYCH

„MORFON”

os. Dywizjonu 303 31J (od al. Andersa), tel. (012) 641-68-17

Tel. całodobowe: (012) 649-59-96, 0604-296-932 **ROZLICZENIE BEZGOTÓWKOWE**

*Nie umiera ten,
kto pozostaje w sercach bliskich.*

Z serdecznym żalem i smutkiem żegnamy

śp. ELŻBIETĘ MARZEC

długoletniego nauczyciela Gimnazjum nr 44 w Krakowie.

Odeszła do Pana 31 stycznia 2010 roku

po pięknym życiu nie pozbawionym

cierpienia choroby – zawsze pełna wiary, miłości,
bezinteresownej życzliwości.

Oddana swej pracy, ceniona przez uczniów
za profesjonalizm i serce pełne dobroci.

Uroczystości pogrzebowe odbędą się w piątek,
5 lutego 2010 r. o godz. 11.40
na cmentarzu w Grębałowie.

Małżonkowi, Córkom i Rodzinie
składamy

wyrazy szczerzego współczucia.

Grono Pedagogiczne, Pracownicy
Uczniowie i Rodzice

Gimnazjum nr 44 w Krakowie

Z

Zdrowie i uroda

PRZYCHODNIA LEKARSKA

Nowa Huta os. Szklane Domy 2a
REJESTRACJA 012-644-98-99
sekretariat 012-643-76-03
fax 012-644-61-07
od poniedz. do piątku w godz. 7⁰⁰ - 17⁰⁰

BADANIA:

- > okresowe pracowników - 1 dzień
- > na książeczkę zdrowia - 1 dzień
- > kierowców kwalifik. - okresowe

LEKARZE:

- > internista-lek. med.pracy
- > chirurg
- > ginekolog
- > laryngolog
- > okulista
- > dermatolog
- > neurolog

leczenie w ramach NFZ:
neurolog i ginekolog

- > PRACOWNIA ANALITYCZNA
pełny zakres (wyniki w dniu następnym)
- > EKG spoczynkowe
- > RENTGEN kręgosłupa i kłt.piersiowej
- > REHABILITACJA - MASAŻE
- > ZABIEGI PIELĘGNIARSKIE

SIŁOWNIA TYLKO DLA KOBIET

Ośrodek Promocji Zdrowia
„ACTIVE NIUTON”
os. Spółdzielcze 5A
☎ 012-644-12-07
kom. 500-210-387
www.activeniuton.pl

STOMATOLOGIA
PROTETYKA
PEŁNY ZAKRES
USŁUG
NAPRAWA PROTEZ NA POCZEKANIU

VIDENT
♦ protezy zębowe, korony, mosty
♦ ekspresowe naprawy protez
♦ pełny zakres usług protetycznych
Niskie ceny, wysoka jakość materiałów!
os. Boh. Września 1a/3g
tel. 645-93-33

PROFILAKTYKA CHOROBY CYWILIZACYJNYCH

Błonnik jest zbawienny i niezawodny dla układu trawiennego, figury, a także profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Błonnik to włókna pokarmowe pochodzenia roślinnego. Jest budulcem komórek warzyw, owoców, zbóż oraz orzechów. Nie zawiera witamin, składników mineralnych ani nie dostarcza energii, a jednak wiele znaczy dla organizmu.

JAKA JEST ROLA BLONNIKA?

✓ Wspomaga trawienie – wędrując przez przewód pokarmowy, oczyszcza jelita i regeneruje błonę śluzową. Zwalcza zaparcia i zapobiega hemoroidom. ✓ Zapobiega nadwadze – oprócz tego, że usprawnia przemianę materii, to jeszcze zmniejsza łaknienie. Po jedzeniu obfitym w błonnik dłużej czujemy sytość. ✓ Sprzyja sercu – reguluje gospodarkę lipidową w organizmie, wiąże kwasy żółciowe, przez co obniża poziom cholesterolu we krwi. Pomaga uniknąć nadciśnienia i miażdżycy. ✓ Zapobiega cukrzycy – spowalniając opróżnianie żołądka, powoduje, że do krwi dostają się mniejsze porcje glukozy. Zmniejsza się więc wydzielanie insuliny. To pozwala utrzymać stabilny poziom cukru we krwi. ✓ Oczyszcza z toksyn – włókna pokarmowe niczym miotłkę usuwają nie tylko zalegające resztki pokarmu, ale i toksyny, ciężkie metale oraz produkty przemiany materii. Zapewniając organizmowi poprzez pokarm duże ilości błonnika, należy też dużo pić, minimum 2,5 litra wody lub innych płynów. Chodzi o to, by włókna nie zalegały w przewodzie pokarmowym, bo jest to szkodliwe, gdyż tworzą się zaparcia.

ŹRÓDŁA BLONNIKA

Ile gramów błonnika jest w 100 g produktu? Otręby pszenne – 42, fasola – 16, soja – 15,7, groch – 15, płatki żytnie – 12, suszone jabłka – 10, płatki jęczmień – 9,6, suszone śliwki – 9,4, chleb pełnoziarnisty – 9,1, sezam – 9,1, orzechy laskowe – 8,9, ryż brązowy – 8,7, daktyl – 8,7, porzeczka czarna – 7,9, chleb żytni razowy – 7,8, chrupki kukurydzy – 7,6, jeżyny – 7,3, orzechy arachidowe – 7,3, płatki owsiane – 6,9, bułka grahamka – 6,8, suszone rodzynki – zwykłe – 6,8, maliny – 6,7, orzechy włoskie – 6,5, chleb pumpernikiel – 6,4, kasza jęczmienna perłowa – 6,2, słonecznik – 6, kasza jęczmienna pęczak – 5,4.

Błonnik nie ma w produktach pochodzenia zwierzęcego: mięsie, rybach, nabiale. Nie znajdziemy go też w większości słodczy, z wyjątkiem tych z orzechami, ziarnami i innych typu fitness.

ILE POTRZEBA?

W naszym kraju spożycie błonnika kształtuje się na poziomie 15 g dziennie; podobnie jest w innych krajach uprzemysłowionych. Natomiast w Afryce spożycie to wynosi ok. 60 g na dobę, dlatego jest tam mniejsza zachorowalność na nowotwory jelita grubego i odczynu. Światowa organi-

zacja zdrowia (WHO) zaleca spożycie 20-40 g błonnika dziennie. Surożka do obiadu, 2 bułki grahamki lub inne pieczywo z mąki grubego przemiału (ciemne, ale nie za sprawą karmelu), 2 średniej wielkości jabłka lub inne owoce – to sposób na zapewnienie sobie minimalnej porcji błonnika w ciągu dnia.

PRZESADZAĆ NIE WARTO

Co za dużo, to niezdrowo – ta zasada dotyczy i błonnika. Jego duża dawka może zmniejszyć skuteczność niektórych leków, np. doustnych środków antykoncepcyjnych, także tych zmniejszających stężenie cholesterolu. Wskazane jest więc zachować 2-godzinny odstęp między posiłkami a zażyciem leku.

CO Z SUPLEMENTAMI

Choć w aptekach można kupić błonnik w tabletkach, nie warto z tym się spieszyć. Lepiej zasięgnąć rady lekarza, może raczej poleci zmianę diety. Rozpuszczalne składniki błonnika mogą ograniczyć wchłanianie składników pokarmowych takich jak żelazo, cynk czy wapń. Połykanie dużych ilości tabletek zawierających błonnik niesie też inne ryzyko: po zbyt małym nasyceniu wodą zwiększają one swą objętość i mogą utknąć w gardle lub w jelitach.

DWA TYPY BLONNIKA

Rozpuszczalny w wodzie – to głównie pektyny z owoców, które pęcznieją w jelicie cienkim, tworząc żelową galaretkę, co daje uczucie sytości. Pektyny spowalniają perystaltykę jelit i są rozkładane dopiero przez flo-

re bakteryjną jelita grubego. Nierozpuszczalny w wodzie – to celuloza występująca m.in. w warzywach, owocach i ziarnach zbóż, a także w orzechach i otrębach. To również ligniny obecne np. w ziarnach zbóż, warzywach kapustnych, figach, malinach i pomidorach. Ten błonnik przyspiesza ruchy jelit, wędruje przez przewód pokarmowy w niezmienionej formie. Nie jest ani trawiony, ani przyswajany przez organizm, a jednak dużo daje. Potrzebujemy obu tych typów błonnika.

MAŁY EKSPERYMENT

Chcesz przekonać się, jak błonnik zapobiega napadom głodu? Jednego dnia zjedz na śniadanie bułkę maślaną lub inną z jasnego pieczywa i zanotuj, po jakim upływie czasu poczujesz głód. Nazajutrz zjedz grahamkę i sprawdź, ile minie czasu, nim żołądek upomni się o coś nowego. W tym drugim przypadku wrażenie sytości jest nieporównanie dłuższe.

HISTORIA POTWIERDZA...

Ludzie z epoki kamienia łupanego żyli się głównie roślinnością: owocami, bulwami, pędami, nasionami. Mięso też stanowiło pokarm, ale rzadszy. My jadamy produkty przetwarzane, łatwo przyswajalne węglowodany i tłuszcze. Najprostszy przykład: pszenka z masłem i szynką. Takie posiłki są szybko trawione i wchłaniane, więc dalsze odcinki jelit nie mają co robić i rozleniwiają się. Do sprawnego funkcjonowania jelita potrzebują wypełniaczy, takich jak błonnik. (mp)

KIEDY CZKAWKA POWINNA ZANIEPOKOIĆ?

Czkawka to nie tylko chwilowy dyskomfort, może być ona także symptomem poważnej choroby. Jest wiele sytuacji, które mogą wywołać czkawkę. Noworodek i niemowlę reaguje czkawką na chłód, wystarczy, że przez chwilę zmarznie w rączki lub nóżki, a już przez kilka kolejnych minut będzie go dręczyła czkawka. Czkawka może się pojawić także w

wyniku pospiesznego połykania dużych kęsów jedzenia wraz z powietrzem, a także w przypadku spożywania potraw pikantnych, zimnych lub za gorących. Warto zwrócić uwagę na częstotliwość i długość występowania czkawki, czy jest ona sporadyczna i wiąże się z powyższymi sytuacjami, czy też nie jest ona przypadkiem symptomem jakiejś choroby.

Często czkawka towarzyszy chorobom wrzodowej, chorobom układu pokarmowego, układu jelit, dwunastnicy lub wątroby. Nagły atak czkawki, może być także wywołany przez stany zapalne i nowotwory płuc i przełyku, albo spowodowany przez wadę serca. Czkawka dokucza także osobom chorym na cukrzycę, czy zapalenie opon mózgowych oraz mają-

cym guzy mózgu lub rdzenia kręgowego. Jeśli czkawka pojawia się często i towarzyszą jej także inne objawy: silny ból brzucha, wzdęcia, jadłowstręt, biegunka, bóle w okolicach klatki piersiowej, duszności, zawroty głowy czy zaburzenia widzenia – należy skonsultować objawy z lekarzem. (mp)

PRODENT®

os. Niepodległości 3 A

tel. 681-33-22, 681-34-80 czynne pon.-pt. 9-21, sobota 9-18

PEŁNY ZAKRES USŁUG

♦ stomatologia ♦ protetyka ♦ ortodoncja
NAPRAWA PROTEZ NA POCZEKANIU
WYBIELANIE ZĘBÓW W 30 MINUT

EMERYCI I RENCIŚCI 30% ZNIŻKI
NA USŁUGI PROTETYCZNE

PRACOWNIA
RENTGENOWSKA

Tel. 644-92-82

os. Uroczyska 2

Wykonujemy zdjęcia:

→ kręgosłupa

→ klatki piersiowej

→ kostne, zębów

i panoramiczne zębów

Spółdzielnia Inwalidów HUTNIK oferuje Państwu:

- usługi pielęgniarstwa
- usługi opiekuńcze i porządkowe
- turnusy rehabilitacyjne
- wyjazdy zagraniczne

Serdecznie zapraszamy

Kontakt: os. Wandy 21, 31-906 Kraków

Tel: 012-644-14-28, 012-642-97-50 biuro@turnusy-hutnik.pl

POGOTOWIE
STOMATOLOGICZNE
PEŁEN ZAKRES LECZENIA

ul. Mogilska 121, tel. (012) 413-04-66
czynne: pn.-sob. 10.00-22.00, niedziela 10.00-21.00

Stwórz ciepły klimat w Twoim mieszkaniu

Jeżeli planujesz
zakup nowego mieszkania
upewnij się,

że będzie ogrzewane ciepłem
z miejskiej sieci.



miejskie
przedsiębiorstwo
energetyki
ciepłej s.a.
w Krakowie

www.mpec.krakow.pl

Ekoplus
Spółka z o.o.

www.ekoplus.krakow.pl



EC KRAKÓW
Grupa EDF

www.eckrakow.pl



PRZEMYSŁANE ROZWIĄZANIA



Euromarket®

**Zapraszamy
do Nowego
Autoryzowanego
Serwisu Škoda**

**RABAT
25%
na pierwszą usługę**

Godziny otwarcia serwisu:
Poniedziałek – Piątek 6.30 – 23.00
Sobota 7.00 – 15.00

Kraków, Al. Jana Pawła II 43
tel. 012 / 646 26 00
www.euromarket.pl



Euromarket®



Oferta ważna do 30.06.2010

**KUPON
RABATOWY 25%
na pierwszą usługę**

Euromarket®

Kraków, Al. Jana Pawła II 43
tel. 012 / 646 26 00
www.euromarket.pl



AUTO GAMA

ARTYKUŁY MOTORYZACYJNE

SZEROKA GAMA AKCESORIÓW SAMOCHODOWYCH
CZĘŚCI ZAMIENNE DO SAMOCHODÓW:

- OSOBOWYCH
- DOSTAWCZYCH
- CIĘŻAROWYCH

Kraków, os. Kombatantów 9
tel./faks 012 647 48 98, 012 649 85 75

e-mail: auto@autogama.pl www.autogama.pl
ZAPRASZAMY: PN.-PT.: 8.00-18.00, SOBOTA: 9.00-14.00

Zaufaj gwiazdom, zwłaszcza tym, które Ci sprzyjają

HOROSKOP

BARAN (21 III–20 IV). Jeśli myślisz o zmianie pracy, czy stylu życia, nadszedł czas, by myśli zamieniły się w czyny. Same utyskiwania nic nowego nie wnoszą, jedynie osłabiają energię. Działaj, jest szansa na powodzenie.

BYK (21 IV–20 V). Twoje samopoczucie zmienia się z godziny na godzinę. Niepotrzebnie z niepokojem patrzysz w przyszłość, bo i tak los przynieść może zaskakujące rozwiązanie. Ciesz się z małych rzeczy, bo one są „solą” codzienności.

BLIŹNIĘTA (21 V–21 VI). Zwracaj dużo więcej uwagi na swoje zdrowie. Znajdź trochę czasu na relaksujące zajęcia. Przemęczony organizm nie jest przygotowany na

dodatkowy wysiłek. Nie podejmuj się więc nowych zadań ponad swoje siły.

RAK (22 VI–22 VII). Twoje stany napięcia, podenerwowania wynikają z przepracowania. Dziel się obowiązkami również z pozostałymi członkami rodziny. Nie bądź taką super „Zosią samosią”, która wszystko wie, potrafi i zrobi najlepiej.

LEW (23 VII–22 VIII). Jakieś ploteczki wśród znajomych mogą Cię wprowadzić w zakłopotanie. Warto wszystko wyjaśnić, od problemu nie można uciekać. Szczera rozmowa z pewnością będzie pomocna, doprowadzi do wyjaśnienia nieporozumienia.

Łap okazję!

DO KAŻDEJ AKTYWACJI PREZENT!

PROMOCJE | AKCESORIA | TELEFONY

Sklep Firmowy Plusa
Kraków
ul. Os. Centrum D7
tel.: 12/ 644 19 67

Plus
RAZEM LEPIEJ

LEGALIZACJA WODOMIERZY

- ✓ wszystkie rodzaje wodomierzy
- ✓ budownictwo KlimaPor
- ✓ pompy ciepła
- ✓ kolektory słoneczne
- ✓ fotowoltanika

tel. 643 12 64, faks/tel. 642 14 38

ZIKOAPTEKA
CENY HURTOWE

Febrisan 7,89 zł
Średnia cena rynkowa: 10,15 zł

POLOCARD 4,89 zł
Średnia cena rynkowa: 8,15 zł

FEBRISAN prosz. 8 szasz.
Średnia cena rynkowa: 10,15 zł

POLOCARD 75 mg 60 tabl.
Średnia cena rynkowa: 8,15 zł

ZIKO APTEKI
W NOWEJ HUCIE:

os. Piastów 60, os. Urocz. 1/5

RESTAURACJA HOTELU JB zaprasza na

DNI GOLONKI

Bon konsumpcyjny – 40,00 zł/osobę 3.02–14.02.2010 r.

Informacja i rezerwacja: JB HOTEL, ul. Ujastek Mogiński 7,
31-752 Nowa Huta Tel. 12 680-71-58

RESTAURACJA HOTELU JB zaprasza na

ŚLEDZIÓWKĘ

16.02.2010 r. od godz. 18.00

Bon konsumpcyjny – 70,00 zł/osobę MUZYKA DJ ŚLEDZIE NA RÓŻNE SPOSOBY

Informacja i rezerwacja: JB HOTEL, ul. Ujastek Mogiński 7,
31-752 Nowa Huta Tel. 12 680-71-58

KEBABKI

Składniki: mięso mielone 60 dkg, jajko, papryka pół łyżeczki, cebula, 2 ząbki czosnku, sól, pieprz, 1/2 pęczka mięty, na sos – 2 szklanki jogurtu, sok z 1/2 cytryny, 3 ogórki, kminek 1/2 łyżeczki, 2 łyżki koperku, 2 łyżki natki pietruszki.

Meśo łączymy ze startą cebulą, posiekanym czosnkiem i jajkiem, solą, pieprzem, papryką i posiekaną miętą, odłożyć dwie łyżki do sosu. Wyrabiamy. Formujemy kotleci, pieczemy. Z jogurtu i składników sosu robimy dip. Ogórki ścieramy na tarce. Doprawiamy solą. Podajemy do usmażonych kebabków.

DANIE a la KMITA

Restauracja „Kmita” na os. Piastów 24 B
organizuje

WESELA, PRZYJĘCIA, BANKIETY.

Tel. 604-050-055.

Sentencja tygodnia

Ride si sapis (lac.) – Śmiej się, jeśli jesteś mądry.

Marcjalis „Epigrammata”

§ Akta sprawy... Sąsiad z SB

Wiele niewyjaśnionych zaszłości ciągnie się za nami i niestety nic nie zapowiada, aby miało być inaczej. Zarówno na gruncie medialno-publicznym, jak i tym, powiedzmy, sąsiedzkim. Tak było z jakimś panem T., mieszkańcem jednego z czyżyńskich bloków. Osobą lubianą, ale do momentu, gdy ukazała się kolejna książka o „twarzach” małopolskiej Służby Bezpieczeństwa, którą przeczytała jedna z sąsiadek.

Po śmierci męża pani Adela R. miała więcej czasu na zajęcie się swoimi sprawami. Jej pasją okazało się pisanie wspomnień rodzinnych i gromadzenie dokumentów na ten temat. Ponieważ jej rodzice w latach 50. i 60. byli prześladowani przez władzę ludową, a potem to samo spotkało męża, szczególnie zainteresował ją ten czas w historii jej najbliższych i kraju. W trakcie analizy dokumentów, m.in. tych z IPN, dotarła także do nazwisk tych, którzy prześladowali jej najbliższych. Im bardziej czytywała się w te dokumenty i zapoznawała się z innymi publikacjami na ten temat, tym jej wiedza była większa. A po lekturze jednej z publikacji na temat esbeckich konfidentów obserwujących i donoszących na osoby związane z ludźmi krakowskiej kultury, m.in. Piwnicy pod Baranami, wpadła na pewien trop. Otóż jeden z wymienionych tam pracowników aparatu bezpieczeństwa nazywał się tak samo jak loka-

tor z sąsiedniej klatki schodowej. Zgadzało się imię i wiek. A gdy sięgnęła do innych źródeł, gdzie było jego zdjęcie z dawnych lat, nie miała już żadnych wątpliwości, kto zaczął!

W dokumentach opisano, jak ów kapitan nadzorował pracę kilku tajnych współpracowników SB, jak decydował o prześladowaniu innych. Pewnie liczba grzechów z tamtych lat była o wiele dłuższa i o wszystkich teraz zażyły, sympatyczny staruszek wołałby zapomnieć.

Ponieważ odreagowanie na prześladowcach rodziców, a także męża, aktywnego działacza podziemnych struktur, ze względu na śmierć sprawców lub brak szczegółowych informacji, nie wchodziło w rachubę, pani R. postanowiła się skupić na sąsiedzie T. I prosto w oczy w czasie spotkania przy śmietniku wspomniała mu o jego przeszłości, obrzucając go inwektywami. Mężczyzna, zaprawiony chyba już w takich zarzutach, w żywe oczy się wszystkiego wyparł. Kobieta jednak nie popuściła i powiedziała o tym wszystkim sąsiadom, demonstrując posiadane dokumenty. Poinformowani na milego i spokojnego emeryta spojrzeli więc nieco inaczej. Kilku co bardziej zawziętych powiedziało mu w prosto w twarz, co myślało o takich jak on. Mężczyzna znalazł pod swymi drzwiami odchody, ujawnił też włamanie do piwnicy, a na drzwiach znalazła się kopia jego esbeckiego kwestionariusza osobowego. Swoisty ostracyzm był na tyle stresujący, że pan T. poinformował o tym policję, obarczając winą za wszystko sąsiadkę z klatki obok.

Ta oczywiście zrobiła wielkie oczy, twierdząc, że owszem, wie o jego mało chwałebnej przeszłości, ale są to informacje dostępne publicznie i tacy jak on powinni za swoje winy odpokutować. Przy najmniej w taki sposób, bo esbecka emerytura przekraczająca kilka tysięcy złotych na pewno nie sprawia mu teraz dyskomfortu. W porównaniu ze świadczeniami, jakie otrzymują ich ofiary. (mar)

SMREK

SKLEP DRZEWNY

os. Kombatantów 6, tel. 649-65-42

- BOAZERIE • PANELE • LISTWY WYKOŃCZENIOWE
- DRZWI HARMONIIKOWE • DESKA BARLINECKA

PROMOCJA PANELI PODŁOGOWYCH
FACHOWA OBSŁUGA, INSTRUKCJE MONTAŻU

zapraszamy: pon.–pt. 9.00–18.00, soboty 9.00–14.00

Klub „Kuznia” zaprasza na

ZABAWĘ OSTATKOWĄ

13 lutego 2010 r. (sobota) godz. 20.00

- Do tańca zagra zespół „Gama”
- Smaczne menu gwarantowane!

Informacje i sprzedaż biletów (cena 85 zł od osoby)
Klub „Kuznia”, os. Złotego Wieku 14
☎ 012 648-08-86, www.kuznia.edu.pl