

# GŁOS

## TYGODNIK NOWOHUCKI

### Szanuj zieleń!

→ str. 3

Coraz częściej spotykamy osoby, które depczą trawniki, czy też dzieci, które swobodnie się na nich bawią. Jednym się to podoba, innym oburza.

Święto ziemniaka → str. 2

Korzyści z „Szerszego holdingu” → str. 7

Dbajmy o Dłubnię → str. 9

### 40. rocznica męczeństwa ks. Popiełuszki → str. 5

19 października przypada 40. rocznica śmierci księdza Jerzego Popiełuszki. Z tej okazji Wydawnictwo Biały Kruk opublikowało nową biografię zamordowanego kapłana.

REKLAMA

**INTROLIGATOR**

**CENTRUM B,  
BLOK 7**

[www.oprawaksiazek.pl](http://www.oprawaksiazek.pl)

REKLAMA

F.H.U. „ELMAR”  
Pl. Targowy „Piaś”, paw. 3 (os. Piastów 60A)  
ROWERY:  
SPRZEDAŻ | KOMIS | CZĘŚCI | AKCESORIA | SERWIS



Fot. Sławomir Pietrzyk

# BRYLANTOWE GODY NOWEJ HUTY str. 2

REKLAMA

Santander  
CONSUMER BANK

**10x0%**

raty  
10x0%

SPRAWDŹ

Redaktor naczelny: Jan L. Franczyk.  
Redaguje zespół.  
Telefon red.: 12 643-44-33 Faks: 12 643-66-33  
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 Marcin Świątkowski  
Druk: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział  
Poligrafia, Drukarnia Sosnowiec  
Nr indeksu: 358835. ISSN: 1231-8582.  
Redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść  
zamieszczanych ogłoszeń.



9 771231 858401

**TOMEX**

Zapraszamy na  
zakupy do Centrum  
Handlowego TOMEX!

MODA I REGIONALNE PRODUKTY I LOKALNA SPOŁECZNOŚĆ

[facebook.com/tomex.krakow](https://facebook.com/tomex.krakow)

**SKLEP ZABAWKOWO  
-PAPIERNICZY**

„PAPIRUS” ZAPRASZA  
do nowej siedziby na pl. Targowym  
„Piaś” (paw. 20, 21, 22)

**WIELKI POWRÓT DO STAŁYCH KLIENTÓW  
(DAWNIEJ OS. BOHATERÓW WRZEŚNIA)**

Sklep czynny:  
pon-pt. 10:00-19:00,  
sb. 10:00-14:00

ARTYKUŁY PAPIERNICZE I ZABAWKI, PIECZĄTKI,  
WIZYTÓWKI, TERMONADRUKI, GRAWEROWANIE

# KONCERTY NA BRYLANTOWE GODY NOWEJ HUTY

W tym roku mija 75 lat od powstania Nowej Huty i są organizowane różne imprezy z tej okazji. W minioną niedzielę w Nowohuckim Centrum Kultury odbyła się Wielka Gala Opertkowa z okazji Brylantowych Godów Nowej Huty pod patronatem Aleksandra Miszalskiego Prezydenta Miasta Krakowa.

Współorganizatorem jubileuszowej imprezy było Nowohuckie Centrum Kultury. Natomiast Bogumiła Drabik radna Miasta Krakowa była inicjatorką tego przedsięwzięcia. Wśród gości drugiego koncertu powitano

m.in. z-cę prezydenta M. Krakowa Łukasza Sęka, radnych miasta, pełnomocników prezydenta oraz przewodniczącego Rady Krakowskich Seniorów nowohucianina Sławomira Pietrzyka wraz z członkami zarządu.



## DYŻUR W GŁOSIE

Z dziennikarzami można kontaktować się za pomocą poczty e-mail.

Redaktorka Agnieszka Łoś.  
Adres e-mail: [gmh@o2.pl](mailto:gmh@o2.pl)



Odbyły się dwa koncerty o godz. 16.00 i 19.00, przy pełnej widowni. Wystąpili w nich znani z muzycznych scen soliści wykonując arie z wybitnych oper i opertek. Byli to: Kamila Lendzion - sopran, Joanna Nowrot Maciejowska - sopran, Paulina Janczurek - sopran, Jakub Milewski - baryton, Łukasz Gaj - tenor, i Jakub Oczkowski - tenor, który zarazem z dużą swadą poprowadził Galę. Solistom towarzyszyła Orkiestra Aret Symfoniko pod dyrekcją Mieczysława Smydy. Koncert uświetnił baletowo występ Krynickiego Studia Baletowego im. Władysława Szlęka pod kierownictwem Małgorzaty Malczak. Koncerty spotkały się z dużym aplauzem widowni, która domagała się bisów. Na koniec drugiego koncertu przy piosence „O Nowej Hucie to piosenka” wystąpili wszyscy soliści razem z Łukaszem Sękiem, Bogumiłą Drabik oraz Zbigniewem Grzybem dyrektorem NCK (na zdj.).

(P) Fot. autor

# ŚWIĘTO ZIEMNIAKA



W klubie „Herkules” Ośrodka Kultury Kraków Nowa Huta odbyła się IX edycja Darów Jesieni – Święto Ziemniaka organizowana przy współudziale Rady Dzielnicy XVIII Nowa Huta i ze środków Budżetu Obywatelskiego. Imprezę ze swadą poprowadził Krzysztof Karolczyk i to on wraz z Dorotą Adamską kierowniczką Klubu Herkules powitali gości, a wśród nich radną M. Krakowa Bogumiłą Drabik, przewodniczącą Rady Krakowskich Seniorów Sławomira Pietrzyka, przewodniczącą Rady Dzielnicy XVIII Nowa Huta Mariusza Wodę razem z radnym tej dzielnicy Janem Pyżem oraz Marka Kurzydło inicjatora i wnioskodawcę Budżetu Obywatelskiego.

W imprezie wzięli udział zaproszeni z sąsiednich osiedli przyjaciele: Grupa Nasze Pokolenia z Klubu Jedność, Zespół Kościelanki, z Klubu Pod Kasztanami, Zespół Przyłasianie, Błyskawiczne Panie z Wyciąża, Zespół z Wróżeńic, Zespół Perły z Chałupek, Stowarzyszenie Bezpieczna Ruszcza, Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Pleszowskiej oraz pracownicy z zaprzyjaźnionych klubów OKKNH.

Po powitaniach i wystąpieniach gości wystąpił Zespół „Nutki” z Klubu „Herkules” pod kierownictwem Teresy Włóckowskiej, który był współorganizatorem imprezy. Odbyły się liczne konkursy

z nagrodami poprowadzone przez Krzysztofa Karolczyka. Powołano także jury w osobach Małgorzaty Jezutek, Sławomira Pietrzyka oraz przedstawicielki widowni, którzy przystąpili do rozstrzygnięcia głównych konkursów: plastycznych w trzech kategoriach, kulinarnego i hodowlanego opartych na królu ziemniaku. Konkurs hodowlany wygrała Anna Matuszczyk za „Kaczkę dziwaczkę” z ziemniaków, drugie miejsce ex eqo zdobyły Danusia Migdał za „Rodzinkę ziemniaczaną” oraz Krzysztof Matuszczyk za „Bliźniacze serca” a trzecie miejsce Tadeusz Matuszczyk za „Zachanego ziemniaka” oraz Teresa Włóckowska za „Sorayę”. W konkursie kulinarnym była zacięta rywalizacja i tak I miejsce zajęła Martyna Nowak za „Grzybki w sosie sojowym”, II Helena Rzepień za „Zapiekanekę z grzybami” a III Ewa Sendor za „Krokiety ziemniaczane” Natomiast wyróżnienia uzyskali: Stefania Brandos za „Ziemniaki z serem i boczkiem”, Anna Włóckowska za „Zapiekanekę”, Maria Stachnik za „Sernik z ziemniaka”, i Elżbieta Kozub za „Pączki z ziemniaka”. Konkurs plastyczny, czyli wykonanie prac artystycznych przy pomocy ziemniaka były trzy kategorie. W konkursie rodzinnym (z udziałem dziecka) I miejsce zajęła rodzina Budków z Przyłasku Rusieckiego za „Grzybiarza i jego leśnych przyjaciół”, II Wojciech i Agnieszka Kozieł za

„Grajka”, III ex eqo Zuzia Kardas z mamą za „Mini zoo” oraz Helena i Sławomir Baster za „Ziemniaczane ludki”, a wyróżnienie uzyskał Leo Kozub z rodziną. Najwięcej zgłoszeń było w konkursach plastycznych dziecięcych. I tak w kategorii dzieci 5-7 lat I miejsce zajął Nikodem Baster za „Ziemniaczaną gąsienicę”, II miejsce ex eqo zdobyli: Maja Maćkowska za „Pieska”, Mirosław Budek za „Stonogę” i Adaś Piotrkowski za „Kocią rodzinę”. Natomiast trzecie miejsce ex eqo zdobyli: Piotr Taszycki za „KS Złomex”, Filip Rybotycki za „Jeżyka”, Kaja Matuszczyk za „Jesiennego jeżyka” i Tomasz Bugaj za „Żyrafę”. Najwięcej nagród było w kategorii dzieci od 8-13 lat. I miejsce zajęła Anastazia Budek za „Pudelka”, II miejsce Adrian Bednarczyk za „Cudaki w Zoo”. III miejsce Szymon Kardas za „Mecz ziemniaczany”. Natomiast wyróżnienia zdobyli: Jga Kozub, Zuzanna Kalisz, Kaja Gadzała, Maxim Dall-Barnaś, Aleksander Zapiór, Julia Gębała, Kinga Ciepela, Maja Potoczek oraz Ksawery Krystian. Nagrody wręczali Sławomir Pietrzyk, Małgorzata Jezutek oraz Mariusz Woda, a wszystkich nagrodzonych obdarowano prezentami i oklaskami. Przybyli na imprezę zostali ugoszczeni zgłoszonymi do konkursu potrawami i z niecierpliwością oczekują X Edycji Darów Jesieni w przyszłym roku.

(P) Fot. autor

- Władysława BAKALARZ, lat 85
- Aurelia CZYŻEWSKA-MAJ, lat 80
- Tadeusz DUDEK, lat 92
- Jacek FORTUNA, lat 61
- Ryszard GAWĘŁ, lat 89
- Józef GŁUC, lat 88

- Paulina GOŁDA, lat 39
- Alina GROMADZKA, lat 79
- Czesława KĘDZIOR, lat 85
- Helena KUC, lat 87
- Stanisław MALEC, lat 76
- Grażyna NAWARA, lat 67

- Helena PTAK, lat 87
- Jerzy ROTARSKI, lat 75
- Roman SADOWSKI, lat 74
- Zdzisław SOLARZ, lat 73
- Zofia SPYRKA, lat 89
- Edward TROJANOWSKI, lat 86

- Teresa TYLEK, lat 88
- Czesław WALENTEK, lat 81
- Józefa WOLANIN, lat 89
- Mieczysław WÓJCIK, lat 89
- Ryszard WÓJCIK, lat 71

Kronika pamięci

REKLAMA

**KARAWAN** GRUPA  
FIRM POGRZEBOWYCH  
TRADYCJE OD 1981 ROKU



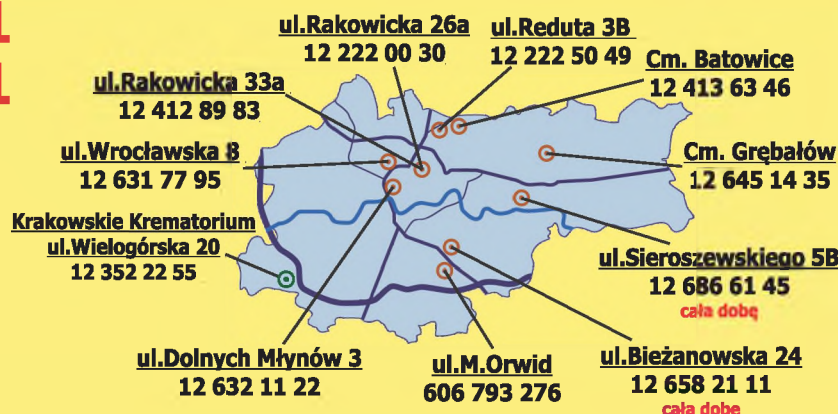
**CAŁĄ DOBĘ**  
również w  
Niedziele i Święta

**12 411 11 11**  
**12 658 21 11**

## Kompleksowe Usługi Pogrzebowe

- Całodobowy odbiór osób zmarłych z domów rodzinnych, szpitali, domów opieki, hospicjów
- Przechowywanie ciał zmarłych we własnej chłodni
- Kremacje, certyfikowane balsamacje,
- Reprezentujemy Rodzinę w urzędach, instytucjach, kancelariach kościelnych i zarządach cmentarzy
- Dokonujemy wszelkich opłat związanych z pogrzebem
- Bezgotówkowe rozliczanie pogrzebu w ramach zasięgu pogrzebowego

**Gwarantujemy najlepsze ceny usług pogrzebowych**



[www.karawan.pl](http://www.karawan.pl)

# SZANUJ ZIELEŃ

Hasło kojarzy się jednoznacznie, z tabliczką wbitą w trawnik, która obliguje nas do poruszania się po chodniku. Coraz jednak mniej takich tabliczek w przestrzeni miejskiej, coraz częściej spotykamy osoby, które deptają trawniki, czy też dzieci, które swobodnie się na nich bawią. Jednym się to podoba, innym oburza. Czy jednak jest zgodne z prawem?

Zadzwoiła do redakcji Głosu Tygodnika Nowohuckiego Czytelniczka, której sercem bliżej jest do tej drugiej grupy. Zwróciła uwagę na bez troskie użytkowanie, czy też jak to określiła wręcz niszczenie zieleni. Czy jednak chodząc po trawnikach faktycznie im szkodzimy? I co najważniejsze czy jest to dozwolone? Czytelniczka, w tej samej rozmowie zwróciła uwagę na spacerujące po trawnikach czworonogi – w sposób szczególny odniosła się do terenu między Placem Centralnym a Aleją Róż, czyli miejsca gdzie kiedyś stał pomnik Lenina. Zapytała czy w tym miejscu po trawie mogą chodzić psy. Na te pytania i wątpliwości odpowiada specjalnie dla Czytelników Głosu Łukasz Pawlik – dyrektor Zarządu Zieleni Miejskiej w Krakowie:

W Polsce ogólną zasadą jest, że

trawniki, zarówno w przestrzeni miejskiej, jak i na terenach zielonych, są dostępne do użytku publicznego. Oznacza to, że mieszkańcy mogą swobodnie z nich korzystać, np. do wypoczynku, pikników, czy zabaw, chyba że konkretne przepisy wprowadzone przez zarządców, spółdzielnie mieszkaniowe, wspólnoty, czy inni właściciele terenów zdecydują inaczej. Lokalni zarządcy terenów, np. samorządy miejskie czy spółdzielnie mieszkaniowe, mają prawo do regulowania korzystania z trawników i innych terenów zielonych na obszarach przez nich zarządzanych. Czasami również w Krakowie możemy się spotkać z miejscami gdzie deptanie trawników jest niedozwolone, wówczas takie trawniki są odpowiednio oznaczone. Takie trawniki z uwagi na ich wartość estetyczną i odpowiednią ekspozycję zabytków możemy spotkać na Wawelu. Trawniki Zarządzane przez ZZM są dostępne do użytkowania. Można z nich korzystać, spacerując, wylegując się na nich czy po prostu piknikując. Zazwyczaj te trawniki są częściej koszone i mają charakter rekreacyjny. Można z nich korzystać, lecz nie wolno ich niszczyć, np. zajeżdżając samochodem, wyrwijając darń, zaśmiecając, czy wykopując



dziury. W tym ostatnim przypadku dotyczy to też czworonogów i ich opiekunów. Też warto zwrócić uwagę czy trawnik lub łąka nie jest urządzona w szczególny sposób. Czy na wiosnę nie zdeptujemy łąki kwietnej z roślinami które jeszcze po zimie nie zdążyły wyrosnąć, czy też w miejscach cennych przyrodniczo nie zdeptujemy murawy kserotermicznej z roślinami chronionymi – takie miejsca mama np. na Zakrzówku. Okazuje się zatem, że psy mogą spacerować po tej trawie „na legalu” – rzecz jasna pod warunkiem, że nie będą tam kopać a

ich właściciele będą sprzątać po nich ewentualne odchody. Okazuje się też, że jeśli nie widzimy tabliczki „Nie deptać trawników” możemy swobodnie chodzić po trawie. Przewidując taką odpowiedź Czytelniczka zadała pytanie – czy tak na pewno powinno być? Jeśli macie swoje zdanie na ten temat i chcecie podzielić się swoją opinią z Czytelnikami piszcie na adres redakcja@glos-tn.krakow.pl. Redakcja zastrzeżenie sobie prawo do wyboru tekstów, które zostaną opublikowane oraz, w razie potrzeby, do ich skracania.

(a) Fot. autor

## EUROPEJSKI DZIEŃ SPORTU SZKOLNEGO W SAMORZĄDOWYM PRZEDSZKOLU NR 99

W Samorządowym Przedszkolu nr 99 im. „Zielonego Motylka” aktywność fizyczną łączy z edukacją językową i matematyczną. W przedszkolu tym nie brakuje pomysłów na kreatywne podejście do edukacji najmłodszych. W tym roku, po raz kolejny, grupa „Mrówki” z entuzjazmem wzięła udział w Europejskim Dniu Sportu Szkolnego, udowadniając, że aktywność fizyczna może być świetnym sposobem na naukę. Europejski Dzień Sportu Szkolnego to międzynarodowa inicjatywa, która promuje zdrowy tryb życia i integrację przez ruch, a także zachęca dzieci i młodzież do podejmowania regularnych aktywności fizycznych. W Samorządowym Przedszkolu nr 99 postanowiono pójść o krok dalej, łącząc sport z nauką matematyki i języka polskiego. Podczas zabaw ruchowych dzieci nie tylko biegały, skakały i rywalizowały w duchu fair play, ale także miały okazję ćwiczyć podział na sylaby, głoski oraz liczenie. Jednym z punktów programu były zajęcia w plenerze nad Zalewem Nowohuckim. Przy pięk-

nej, jesiennej pogodzie dzieci brały udział w grach i zabawach, które rozwijały zarówno ich umiejętności ruchowe, jak i intelektualne. Uczestnicy wesoło biegali wokół zalewu, szukając kart z literami i układając wyrazy z podanych głosek. Dzieci nie tylko uczyły się języka polskiego w ruchu, ale także miały okazję doskonalić swoje umiejętności matematyczne. Przykładowo, liczyły kroki między ustawionymi pachołkami lub wskazywały wyniki prostych działań, dopasowując odpowiednie karty z cyframi. Dzięki temu nauka stała się bardziej zrozumiała i angażująca.

Tego typu wydarzenia pokazują, że nauka i aktywność fizyczna mogą iść w parze. „Chcemy, by dzieci nie tylko chętnie się ruszały, ale również rozwijały swoje umiejętności językowe i matematyczne w sposób naturalny i radosny” – mówi wychowawca grupy „Mrówki” mgr Katarzyna Kołodziej-Ścigalska. „Sport i ruch to nie tylko zdrowie, ale także świetne narzędzie edukacyjne, które pozwala uczyć się przez doświadczenie” – konty-



nuuje mgr Gertruda Zygmunt. Europejski Dzień Sportu Szkolnego stał się okazją do podkreślenia roli aktywności fizycznej w procesie edukacyjnym. Takie wydarzenia inspirują przedszkolaki do aktywnego trybu życia oraz pokazują, że nauka nie musi być nudna ani odbywać się tylko w klasie. To doskonały przykład, jak połączenie ruchu z nauką wspiera wszechstron-

ny rozwój dzieci i zachęca je do dalszego zdobywania wiedzy. Przedszkole nr 99 po raz kolejny pokazało, że nowoczesna edukacja to nie tylko książki i tablice, ale także ruch, kreatywność i nauka w praktyce. Dzięki takim inicjatywom dzieci odkrywają świat z radością, a codzienne lekcje stają się dla nich przygodą.

K.K-Ś.

Czy mamy odwagę podejść do Pana Jezusa i odpowiedzieć na pytanie, jakie nam postawi. Apostołowie Jakub i Jan mieli. I dlatego usłyszeli „Co chcecie, abym wam uczynił?” Wydaje się, że dla Chrystusa nie było aż tak istotne to, że ich pragnienia nie były jeszcze do końca oczyszczone. Ważniejsze

było to, że są gotowi z Nim rozmawiać a potem usłyszana odpowiedź wcielić w życie. Jakie więc są nasze modlitwy? Proste czy pełne asekuracji? Długie czy konkretne? Odważne czy cikliwe i małoduszne?

ks. Piotr Gąsior

**T**ydzień  
FELIETON  
JANA  
FRANCZYKA

PATRON

To było dokładnie czterdzieści lat temu. Był jeden z październikowych dni 1984 roku. Byłem wtedy u ks. Kazimierza Jancarza w Mistrzejowicach. Właśnie dotarła do nas wiadomość o odnalezieniu ciała zamordowanego ks. Jerzego Popiełuszki. Nigdy wcześniej nie widziałem tak poruszonego ks. Kazimierza.

Książd Popiełuszko od kwietnia 1982 roku – podobnie jak ks. Jancarz – regularnie celebrował Msze św. za Ojczyznę, gromadząc rosnącą liczbę wiernych oraz skupiając rozbite w stanie wojennym środowisko „Solidarności”. Wygłaszane w czasie eucharystii homilie były kolportowane na terenie całej Polski. Trafiały one m.in. do więzień, gdzie czytali je internowani przywódcy zdelegalizowanej „Solidarności”. W trakcie jednej z nich ks. Jerzy mówił: „Solidarność” w krótkim czasie rozrosła się jak olbrzymie drzewo. I chociaż dzisiaj ma odciętą koronę, porąbane gałęzie, jednak ma korzenie, korzenie mocne, bo zapuszczone w ludzkie serca i umysły. Dlatego zawsze

**Książd Popiełuszko od kwietnia 1982 roku – podobnie jak ks. Jancarz – regularnie celebrował Msze św. za Ojczyznę, gromadząc rosnącą liczbę wiernych**

będzie wypuszczała nowe gałęzie i będzie przypominała światu, że jest, że istnieje, że żyje”.

Pogrzeb ks. Jerzego odbył się 3 listopada 1984 roku i zgromadził około miliona osób. 6 czerwca 2010 roku Benedykt XVI zaliczył ks. Jerzego do grona błogosławionych, a papież Franciszek w 2014 roku ustanowił go patronem „Solidarności”.

Zastanawiam się, co dzisiaj błogosławiony ks. Jerzy by nam powiedział, patrząc na to wszystko, co dzieje się wokół nas?

Jan L. Franczyk

SŁOWA NA  
NIEDZIELE  
20.10.2024

Co chcecie, żebyśmy wam uczynili?  
/por. Mk 10/

**Ośrodek Kultury Norwida**

+ 18 X, godz. 17:00-19:00 - Sacrum Herbarium: Święty Zielnik (Muzeum im. Wł. Orkana w Rabce-Zdrój). Wernisaż wystawy. Autorki: Miejskie Hafciarki.  
 + 19 X, godz. 10:00-13:00 (os. Górali 5) - Mapa dźwiękowa kombinatu. Akcja twórcza dla dzieci z rodzicami. Prowadzenie: Sebastian Świąder. Wstęp wolny.  
 + 19 X, godz. 10:00 (os. Złotego Wieku 14) - Mistrzejowski Klub Rodziców z dziećmi do lat 3. Rodzinkowo: Action Painting dla maluchów. Prowadzenie: Magdalena Bednarek, Arete - Pracownia.  
 + 19 X, godz. 11:15 (os. Złotego Wieku 14) - NaCyrkowo. Warsztaty cyrkowe dla rodzin z dziećmi. Prowadzenie: Bartłomiej Śmiałek.  
 + 19 X, godz. 10:00-13:00 (Łąki Nowohuckie) - Złote runo na Łąkach Nowohuckich. Zajęcia terenowe odbywające się w ramach Studium Dziedzictwa Nowej Huty. Prowadzenie: Elżbieta Urbańska-Kłapa. Wstęp: 40 zł dla osób indywidualnych, niezapisanych na cały cykl.  
 + 24 X, godz. 8:00-20:00 - Poznajemy ogrody: Kalejdoskop jesiennych barw. Arboretum w Rogowie. Prowadzenie: dr Maria Lankosz-Mróz (Polskie Towarzystwo Botaniczne). Wstęp: 140 zł.  
 + 24 X, godz. 12:00 (os. Złotego Wieku 14) - Mistrzejowski Komputerowy Klub Seniora i Seniorki: Bezpieczeństwo w Internecie. Prowadzenie: Joanna Kornas. Informacje: tel. 12 648 08 86; j.kornas@okn.edu.pl. Wstęp: 20 zł/spotkanie.

**Klub Wersalik OKKNH, os. Ogrodowe 15**

+ 19 X, godz. 19:00 - Czilowanko. Wieczór relaksacji metodą treningu autogennego Schultza. Podczas spotkania będzie można usłyszeć kojące dźwięki mis tybetańskich, gongów, dzwoneczków koshi oraz innych instrumentów. Zabierz ze sobą koc, poduszkę i matę. Jeśli nie masz maty - napisz do nas. Koszt: 30 złotych. Zapisy online.

**Klub Herkules OKKNH, os. Branice ul. Gen. M. Karaszewicza-Tokarskiego 29**

+ 24 X, godz. 16:00 - Warsztaty szycia dla dzieci. Warsztaty szycia dla dzieci w dwóch grupach (młodsza i starsza). Temat zajęć: podstawki pod telefon.

**Klub Jedność OKKNH, os. Wolica ul. Drożyska 3c**

+ 22 X, godz. 18:00 - (Za)szij się w Klubie. Uczestnicy warsztatów będą mieli okazję zaprojektować i uszyć stylowe torebki listonoszki z ozdobnymi paskami. Obowiązują zapisy.  
 + 23 X, godz. 17:00 - Kuchcimy w Jedności. Kuchnia włoska. W tym sezonie każde spotkanie z cyklu „Kuchcimy w Jedności” będzie poświęcone kulinarnym smakom różnych regionów świata. Obowiązują zapisy.

**Klub Jędrus OKKNH, os. Centrum A 6A**

+ 25 X, godz. 16:00-18:00 (dzieci), 18:00-22:00 (dorośli) - Halloweenowy wieczór planszówkowy. Tego dnia postaramy się podtrzymać halloweenowy klimat i utrzymać gry w aurze grozy.

**Klub Krzesławice OKKNH, ul. M. Wańkowicza 17**

+ 25 X, godz. 17:30 - Teatrzyk dla dzieci. Przedstawienie pt. „Gburek w Krainie Mydła”. Bajka uczy najmłodszych jak ważna jest higiena osobista, ale także dbania o porządek w najbliższym otoczeniu, domu, przedszkolu, na placu zabaw. Koszt 25 zł. Obowiązują zapisy.

**Klub Mirage OKKNH, os. Bohaterów Września 26**

+ 24 X, godz. 16:00 - Festiwal Smaku: „Jabłka rządzą”. Wydarzenie kulinarne w ramach cyklu: „Wiem, co jem”. Największe złoto polskich sądów zakróluje w kolejnej edycji Festiwalu Smaku. Warto podzielić się doświadczeniem i sprawdzonymi przepisami, zwłaszcza że dla każdego uczestnika przewidziano okolicznościowe upominki. Po degustacji będzie czas na wymianę przepisów i cennych uwag kulinarnych. Zapisy w Klubie, publiczność wstęp wolny.

**Klub Pod Kasztanami OKKNH, os. Kościelniki ul. Płoszczyzny 1**

+ 19 X, godz. 16:00 - Biesiada dla Seniora. Wszystkich seniorów zapraszamy na wspólną integrację podczas Biesiady dla Seniora! Będziemy razem śpiewać przy akordeonie, wydarzenie uświetni też potańcówka. Dla uczestników przygotowujemy słodki bufet.

**Klub Zakole OKKNH (os. Kantorowice ul. Zakole 31)**

+ 25 X, godz. 19:00 - Przemyślano: „Nuda”. Filozoficzny wykład performatywny. Serdecznie zapraszamy was na kolejne spotkanie, które zatytułowaliśmy „Nuda”. Tym razem przygotowujemy dla was wykład performatywny, w którym zwrócimy uwagę na nasze przebudzowanie i nadmiary. Zadamy pytania o naszą wolność i stopień zmęczenia. To wszystko za pośrednictwem wykładu wypełnionego działaniami performatywnymi, które pozwolą każdemu z was jeszcze głębiej wejść w świat naszej „nudy”. Autorzy spotkania: Filip Komajda i Oskar Lange. (f)

**„ZNICZE U CHŁOPAKÓW”**

Zbliża się Wszystkich Świętych oraz Zaduszki i rekomendujemy zakup zniczy na groby na Placu Bieńczyce na stoisku z daleka widocznym, położonym obok kwaciarni „Cupido”. Nie czekajmy na ostatnią chwilę i dokonajmy zakupów wcześniej. Stoisko ma bardzo duży wybór świec na groby, a nazywane jest „Znicze u chłopaków”,



bo sprzedaż prowadzą młodzi mężczyźni, ale czasami wspiera ich piękna kobieta. Ceny, tutaj są atrakcyjne dla klientów, a znicze pochodzą od krajowych producentów z całej Polski. Kupimy tutaj w dużym wyborze wkłady, którymi nie za bardzo chce się handlować sklepom wielkopowierzchniowym. Kupimy wkłady już od 1,80 zł - 32 godzin, 2,50 zł - 40 godzin, 3,5 zł - 50 godzin, do nawet 7 dni za 9,50 złotych, 8 dni - 10,50 zł. Znicze z wkładem można już kupić od 3 zł, poprzez 4 zł do 7-8 zł świecące po kilkadziesiąt godzin. Znicze lane są już od 5 złotych. Za 8-10 złotych kupimy już duży lampion, który świeci 40-60 godzin. Są lampiony od 10-35 złotych świecące po kilka dni. Kupimy też atrakcyjne znicze w super cenie 14 złotych i po 18 zł w kolorze czarnym lub białym, które także są absolutną nowością w tym roku. Pięknie wyglądają kule po 14 złotych. Są też poszukiwane kapliczki szklane z krzyżem w obudowie plastikowej po 38 złotych. Robi wrażenie też duży wybór zniczy złotych z czarnymi ozdobami. Są też wkłady elektryczne od 6 złotych świecące 1 miesiąc na baterie klasyczne paluszkowe. Jest duży wybór coraz bardziej popularnych świec ledowych długo świecących od 10 do 13 złotych. Kupimy tutaj także zapalniczki po 4 złote lub duże zapałki po 2 zł za opakowanie. W ofercie są też szyby pod znicze na nagrobek w cenie 25 złotych. Z nowości polecam znicze z krzyżykiem w cenie 12 złotych. Firma poszerzyła znacznie asortyment wkładów parafinowych o długim czasie palenia. W dalszym ciągu prowadzi sprzedaż w pawilonach 20-21 na Placu Bieńczyckim. Także w razie chłodu i deszczu znicze można kupić w dobrych warunkach. Jednak największy wybór jest na wspomnianym stoisku. Sprzedający radzą pośpieszyć się z zakupami i nie czekać na ostatnią chwilę, gdy będą większe kolejki i asortyment może ulec ograniczeniu. Zatem radzimy już wybrać się na zakupy na wyżej wspomniane stoisko na Placu Bieńczyckim. (sp) Fot. autor

**KULEJ. DWIE STRONY MEDALU** w reżyserii Xawerego Żuławskiego opowiada historię Jerzego i Heleny Kulejów - najbardziej barwnego małżeństwa Polski lat 60-tych. On - legendarny bokser, podwójny mistrz Europy i ośmiokrotny mistrz Polski, który jako jedyny polski pięściarz wywalczył dwa złota olimpijskie i choć nigdy nie leżał na deskach, to w życiu upadł nie raz. Ona - silna kobieta, która niezmiennie stała u jego boku, ale nie chciała na zawsze pozostać w jego cieniu. Film koncentruje się na okresie między 1964 a 1968 rokiem, kiedy Jerzy Kulej zdobył złoto na Igrzyskach Olimpijskich w Tokio, by następnie powtórzyć ten wyczyn w Meksyku. To wielowymiarowa historia sportowca, jego triumfów na ringu, kolorytu epoki, ale także opowieść o burzliwych losach małżeństwa Kulejów, w którym wielka miłość była wystawiona na próbę rozdania sobie z wielkim sukcesem. W rolach głównych wystąpili Tomasz Włosok, Michalina Olszańska, Tomasz Kot i Andrzej Chyra. Film będzie można zobaczyć również w Filmowym Klubie Seniora i Seniorki we wtorek 22 X o godz. 14:00.

**MY, NASZE ZWIERZĘTA I WOJNA** to ukraińsko-kanadyjski dokument w reżyserii Antona Ptushkina

Z serca rozdartej wojną Ukrainy wyłaniają się historie o przetrwaniu, miłości i współczuciu. O ludzkim wymiarze tragedii słyszymy każdego dnia, ale ofiar tych brutalnych wydarzeń jest znacznie więcej. I nie wszystkie mają głos. W obliczu przemocy i wojny obywatele Ukrainy jednoczą się, by ratować zwierzęta pozostawione przez tych, którzy zostali zmuszeni do ucieczki. Od kotów i psów w opuszczonych budynkach po lwy i tygrysy w ogrodach zoologicznych trwają okupione niezwykłym wysiłkiem akcje ratunkowe, aby zapewnić im bezpieczeństwo. Jedną z bohaterek filmu jest Natalia Mazur, była kierowniczka schroniska w Borodziance, gdzie podczas rosyjskiej okupacji wiele psów zmarło w zamkniętych pomieszczeniach. Seanse w sali Mały Metraż.



18 i 19 X, godz. 17 - Kulej. Dwie strony medalu, godz. 18 - My, nasze zwierzęta i wojna, godz. 19.35 - The Dead Don't Hurt; 20 X, godz. 14 - DKF Kropka: Ultima Thule, godz. 17- The Dead Don't Hurt, godz. 18.30 - My, nasze zwierzęta i wojna, godz. 19.25 - Kulej. Dwie strony medalu; 22 X, godz. 14 - Filmowy Klub Seniora: Kulej. Dwie strony medalu, godz. 17 - The Dead Don't Hurt, godz. 18 - My, nasze zwierzęta i wojna, godz. 19.25 - Kulej. Dwie strony medalu; 23 X, godz. 17 - Kulej. Dwie strony medalu, godz. 18 - My, nasze zwierzęta i wojna, godz. 19.35 - The Dead Don't Hurt; 24 X, godz. 17 - The Dead Don't Hurt, godz. 18 - My, nasze zwierzęta i wojna, godz. 19.25 - Kulej. Dwie strony medalu.

**Biblioteka Kuźnia Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida, os. Złotego Wieku 14, poleca:**

+ **Vincent M. Figueredo, Historia ludzkiego serca. Fascynująca wędrówka po świecie medycyny i sztuki, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2024.** Fascynująca opowieść o najważniejszym organie w naszym ciele. Na przestrzeni wieków serce uznawano za siedzibę ludzkich uczuć. Mieściło w sobie duszę, pamięć, emocje, myśli oraz inteligencję. To właśnie serce, a nie mózg, stanowiło najważniejszy organ w ciele człowieka. W kolejnych stuleciach teorię tę zanegowano, a serce zostało sprowadzone do roli pompy tłoczącej krew. Vincent M. Figueredo wybitny kardiolog i naukowiec, bazując na swoim wieloletnim doświadczeniu oraz wiedzy z zakresu medycyny, historii, filozofii, religii i sztuki, śledzi ewolucję postrzegania serca od zarania ludzkiej cywilizacji do współczesności. Opisuje, jak zmieniały się przekonania na temat funkcji serca, co nasi przodkowie myśleli o tym niezwykłym organie i jakie znaczenie przypisywano mu w różnych kulturach. Historia ludzkiego serca to wyjątkowe połączenie medycyny oraz sztuki. Porywająca historia sporów i dociekań, rozważań wybitnych myślicieli i wielkich odkryć naukowców. A także niezwykle wnikliwe wejrzenie w dzieje ludzkości.

+ **Andrew O'Hagan, Chwile, Wydawnictwo Znak, 2024.** Powieść o przyjaźni, która złamie ci serce. Nie ma na tym świecie rzeczy, której Tully Dawson nie zrobiłby dla przyjaciół. To dzięki niemu James nigdy nie czuł się samotny. I to z nim przeżył najbardziej magiczny weekend w swoim życiu. Festiwal Dziesiątego Lata odmienił ich na zawsze. To właśnie tam za niczym nie tęsknili i niczego nie żałowali. Niesieni melodią How Soon Is Now?, odurzeni alkoholem i zapierającą dech w piersiach młodością, przyrzekli sobie, że przeżyją dany im czas inaczej niż wszyscy. Trzydzieści lat później James wraca do domu po kolejnym długim dniu. Ciszę wieczoru przerywa niespodziewana wiadomość. Tym razem to Tully postanawia poprosić przyjaciela o pomoc.



Po wzroście kursów walut w stosunku do złotówki w ostatnim tygodniu nastąpiła stabilizacja na rynku walutowym. Zanotowaliśmy następujące kursy walut w kantorze na pl. Bieńczyce w paw. 7 (obok kwaciarni Cupido) tel. 12 641-46-36: USD: 3,92-3,96 zł, euro: 4,4,27-4,4,32 zł, GBP: 5,11-5,16 zł, CHF: 4,55-4,59 zł.

**Duża Scena, os. Teatralne 34**  
 + 19 X (sobota), godz. 19 - Jak wam się podoba.  
 + 20 X (niedziela), godz. 17 - Jak wam się podoba.  
 + 23 X (środa), godz. 10 - Pippi.  
**Scena Pod Ratuszem, Rynek Główny 1**  
 + 18 X (piątek), godz. 19 - Sztuka.  
 + 19, 20 i 22 X (sobota, niedziela i środa), 19 - Wszystko o kobietach.  
 + 24 X (czwartek), godz. 19 - Krakowska lekkość bytu.

**TIM/Scena Warsztatowa, os. Teatralne 23**  
 + 24 X (czwartek), godz. 9 - Trik Patryka  
**TIM/Scena Kolorowa, os. Teatralne 23**  
 + 18 X (piątek), godz. 18 - Mały Książę.  
 + 20 X (niedziela), godz. 14 - Mały Książę.  
 + 22 X (wtorek), godz. 10 - Mały Książę.

# 40. ROCZNICA MĘCZEŃSTWA KSIĘDZA JERZEGO



Zdrzutani śmiercią swojego ukochanego syna-kapłana rodzice: Marianna i Władysław Popiełuszkowie.

19 października przypada 40. rocznica śmierci księdza Jerzego Popiełuszki. Z tej okazji Wydawnictwo Biały Kruk opublikowało nową biografię zamordowanego kapłana – dziś błogosławionego patrona „Solidarności”, autorstwa Jolanty Sosnowskiej.

Fascynująca książka Jolanty Sosnowskiej to poruszająca opowieść o życiu i heroicznej walce kapłana, który stał się symbolem oporu przeciwko komunistycznemu reżimowi w Polsce. Swoją niezłomną wiarą i nieugiętością inspirował miliony Polaków do walki o wolność i wiarę. Popiełuszko, z pozoru zwykły ksiądz, stał się światłem nadziei. Pozostaje aktualnym symbolem także dzisiaj, co w tej książce mocno wybrzmiewa.

W ponurej i niebezpiecznej rzeczywistości komunistycznej Jerzy Popiełuszko był nie tylko duchownym, lecz także bojownikiem o prawdę i sprawiedliwość. W książce ukazano jego życie od wczesnych lat, przez trudne wybory, które musiał podejmować jako młody kapłan, aż po jego zaangażowanie w obronę studentów oraz ruch „Solidarności”. Popiełuszko swoje kazania przekształcił w manifesty wolności i wiary, odważnie potępiając nadużycia władzy i nawołując do pokojowego oporu. Jego słowa, pełne miłości do Ojczyzny i troski o człowieka, stawały się iskrą, która rozpałała i wciąż rozpała serca, budząc nadzieję na lepsze jutro. Zaś jego nawoływanie, aby zło dobrem zwyciężać, znajduje się w samym centrum chrześcijańskiej rzeczywistości.

Ks. Jerzy zapłacił za to najwyższą cenę. Książka Jolanty Sosnowskiej szczegółowo opisuje – na podstawie najnowszych badań historycznych – dramatyczne okoliczności, które doprowadziły do jego męczeńskiej śmierci. Popiełuszko, nieustannie śledzony i prześladowany przez Służbę Bezpieczeństwa, wiedział, że jego ży-

cie jest zagrożone, ale nigdy nie zrezygnował z głoszenia prawdy. Wieść o tym, że w październiku 1984 r. został brutalnie zamordowany, wstrząsnęła całą Polską i stała się momentem przełomowym w walce z komunistycznym reżimem. To świadectwo męstwa i poświęcenia, które znalazło wyraz w beatyfikacji ks. Popiełuszki, jest centralnym punktem tej poruszającej, świetnie napisanej opowieści. Wspomnienie jego życia to nie tylko hołd dla przeszłości, ale także inspiracja dla przyszłych pokoleń, by nigdy nie rezygnować z walki o wiarę i sprawiedliwość.

Wciągający tekst uzupełniają liczne ilustracje, w tym także wcześniej nieznaną ujęcia archiwalne, które jeszcze lepiej pozwalają zrozumieć epokę, a także heroizm i świętość ks. Jerzego Popiełuszki.

**Autorowi zdjęć zawartych w książce „Męczennik za Wiarę i Solidarność”, znanemu krakowskiemu fotografikowi Adamowi Bujakowi zadaliśmy kilka pytań.**

**Uprowadzenie i rozpoczęcie poszukiwań ks. Jerzego Popiełuszki w październiku 1984 roku wstrząsnęło opinią publiczną, nawet ludźmi, którzy wcześniej nie znali Kapelana Solidarności i o nim nie słyszeli. Jak Pan wspomina tamten dramatyczny czas?**

Adam Bujak: To nam wydawało się czymś nieprawdopodobnym. Zwłoki ks. Popiełuszki wyłowiono przy tamie we Włocławku, gdzie jeździłem później wiele razy. Fotografowałem tę okolicę wychwytyjąc niesamowite światła, wiedząc, że jestem w miejscu męczeństwa świętego człowieka. Myślę że biografia autorstwa pani Jolanty Sosnowskiej, w której znajdują się moje zdjęcia, znakomicie przybliży postać księdza Popiełuszki, na którym możemy się dziś wzorować w różnej działalności.

**Szczególnie wiele zdjęć wykonał Pan na pogrzebie ks. Jerzego Popiełuszki...**

To było olbrzymie spotkanie na Żoliborzu, które zgromadziło – jak się ocenia – nawet milion ludzi, w tym całą opozycję. Przyjechali ludzie z całej Polski, choć niełatwo się wtedy podróżowało. To był ponury czas komunistyczny, czas nienawiści, pogardy dla dobra, a przecież ksiądz Popiełuszko był wzorem dobra, miłości, pojednania i dobroci. On łączył ludzi swoją dobrocią. Ten pogrzeb to był jeden wielki płacz, zbiorowy żal. Że mi się udało przy tym miliony ludzi tam dostać, nad sam grób, to był jakiś cud... Wciąż mam przed oczyma pierwsze grudki ziemi, która coraz bardziej zasypywała krzyż na trumnie. Patrzyłem na wnętrze grobu i na twarz babci ks. Jerzego, jeszcze żyjącej, dziadka, matki i ojca, braci oraz siostry księdza Jerzego. To było coś bardzo smutnego, czego nie da się zapomnieć. Również ten pogrzeb, jak i zresztą całą sprawę uprowadzenia ks. Jerzego znakomicie opisała Jolanta Sosnowska w swej biografii „Męczennik za Wiarę i Solidarność”, którą śmiało polecam czytelnikom, by przypomnieli sobie lub dopiero poznali życie wspańskiego, świętego człowieka, ks. Jerzego Popiełuszki.

**Później gościł Pan również w stronach rodzinnych ks. Jerzego, poznał Pan miejsca, w których się wychował i atmosferę, w której wzrastał.**

Fotografowałem te miejsca i matkę księdza Jerzego, zrobiłem jej wiele portretów. W książce, o której rozmawiamy, są m.in. fotografia ukazująca głębię jej cierpienia. Cierpiała, bo nie mogła zrozumieć, dlaczego zamordowano jej syna.

**Dwa i pół roku po męczeńskiej śmierci ks. Jerzego Popiełuszki nad jego grobem pochylił się tak Panu bliski papież Jan Paweł II.**

**Było to przejmujące, historyczne wydarzenie, które również udokumentował Pan na swych fotografiach.**

Spotkało się dwóch wielkich ludzi o wymiarze świętych; jeden nieżyjący, a drugi, jeszcze promieniujący swą siłą Jan Paweł II. Było to dla Niego wydarzenie pełne emocji, ponieważ wielokrotnie wcześniej modlił się za ks. Jerzego i mówił o nim, a w ten czerwcowy dzień 1987 roku stanął u jego grobu, uklęknął i pochylił się nad jego kamienną bryłą, oddając hołd męczeństwu, ale i całemu życiu Kapelana Solidarności.

**W książce „Męczennik za Wiarę i Solidarność” znajduje się również sekwencja Pańskich zdjęć z warszawskiej beatyfikacji Księdza Jerzego, która przypadła na tragiczny czas tuż po katastrofie smoleńskiej.**

Po uroczystościach na placu Piłsudskiego przeszedłem z moim synem Marcinem, bo fotografowaliśmy tę beatyfikację wspólnie, na Krakowskie Przedmieście i Nowy Świat. Stałem tam na prowizorycznym podwyższeniu i patrzyłem na ogromny tłum, który szedł, szedł i szedł kawał drogi aż do Świątyni Opatrzności Bożej, jeszcze wówczas niewykończonyj. Było niezwykłym kontrastem, że w tej Warszawie – która teraz głosuje na ludzi niegodnych, jakby nienawidzących dobra – to Dobro księdza Popiełuszki kroczyło z takim ogromnym tłumem wiernych. Ludzie szli z miłością, z pieśniami, portretami i pięknymi sztandarami. Wielkie, poruszające i niezapomniane wydarzenie,

ukazujące jak polski naród przywiązany jest do Kościoła, w tym i do tej wielkiej postaci, jaką jest błogosławiony ksiądz Jerzy Popiełuszko. Ale możemy chyba mówić święty, bo co do tego nie ma przecież wątpliwości, że zostanie kanonizowany.

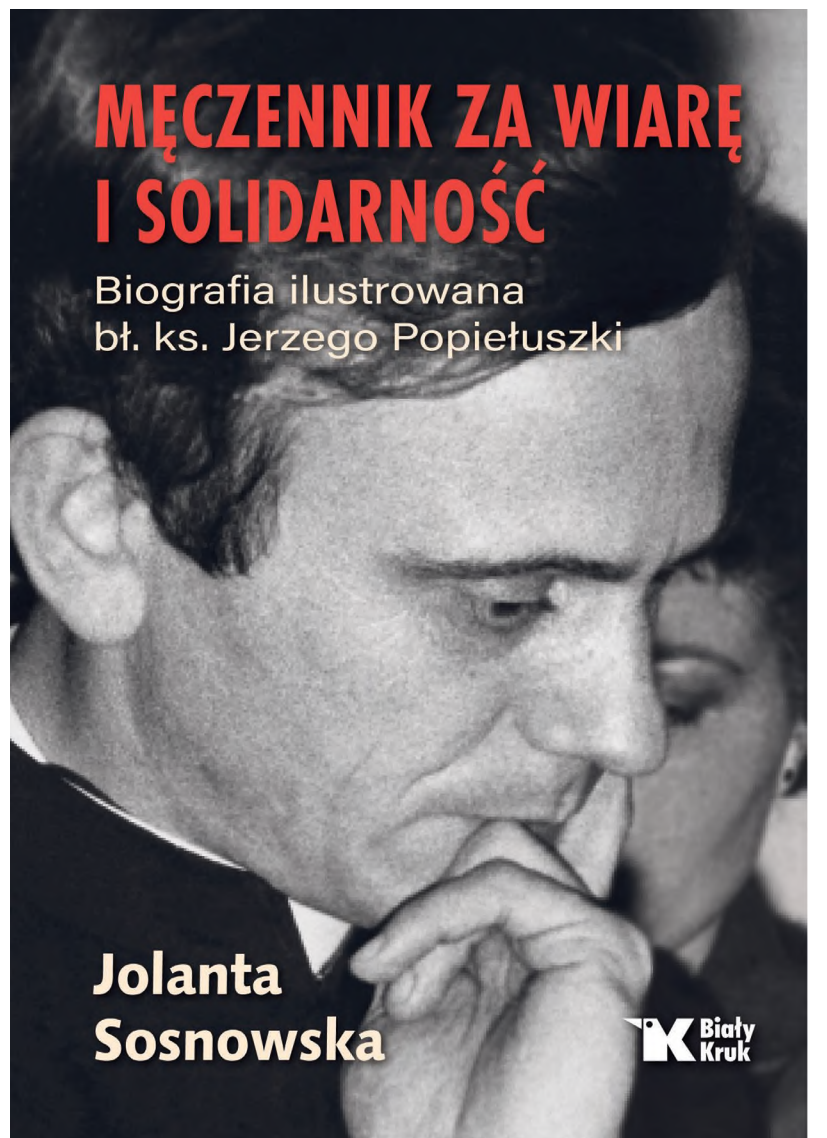
**Które ze zdjęć zawartych w książce „Męczennik za Wiarę i Solidarność” jest panu najbliższe?**

Każde z nich, ale szczególnie zwróciłbym uwagę na takie refleksyjne zdjęcie matki Księdza Jerzego z beatyfikacji w 2010 roku. Zdawała sobie sprawę z tragicznej sytuacji, tragicznego systemu i złych ludzi, którzy uśmiercili jej syna, ale i współcześnie otaczają nas źli ludzie ze strony ponurego lewactwa, które tak się unaocznia poprzez walkę z Kościołem, walkę z Krzyżem. Trwa walka z dobrocią, jest walka ze św. Janem Pawłem II, z ks. Popiełuszką – i po co? Wtedy w trakcie beatyfikacji ukazała się wielka miłość ludzi, którzy przyszli ogromnymi tysiącami, by zmanifestować przywiązanie do wartości, którym Ksiądz Jerzy poświęcił swoje życie i za które poniósł męczeńską śmierć.

\*\*\*

**Jolanta Sosnowska, Męczennik za Wiarę i Solidarność. Biografia ilustrowana bł. ks. Jerzego Popiełuszki, Wydawnictwo Biały Kruk, Kraków 2024, stron 272, oprawa twarda.**

(f) Fot. Adam Bujak © Biały Kruk



Jolanta Sosnowska



# OBALAMY MITY

## Kranowianka – woda, która lubi Kraków

W Krakowie odkręcamy kran i leje się kranowianka! To woda pitna bardzo wysokiej jakości, dokładnie przebadana, monitorowana na wielu etapach produkcji, bogata w magnez, wapń, potas, sód, czyli minerały niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka.

Woda kranowa jest często przedmiotem wielu mitów i nieporozumień, które mogą wprowadzać w błąd i powodować nieuzasadnione obawy. Postaramy się rozwiać wątpliwości odpowiadając na pytania, które często nurtują krakowian.



w 70%  
składasz  
się z wody  
—  
nawadniaj  
się by być  
zdrowym

### Czy związki chemiczne powstające podczas uzdatniania kumulują się w organizmie w wyniku wieloletniego picia wody z kranu?

Uboczne produkty dezynfekcji wody nie kumulują się w organizmie. Ich stężenie w wodzie jest monitorowane i nie przekracza dopuszczalnych norm, co oznacza, że są bezpieczne dla organizmu.

### Czy pora roku może mieć wpływ na walory smakowe i kolor kranowianki?

Procesy uzdatniania wody pitnej niwelują wpływ zmiany pory roku na jakość wody w kranie, niezależnie czy pobieramy wodę po intensywnych opadach deszczu w okresie jesiennym, czy w trakcie wiosennych roztopów – końcowa jakość wody, po procesach uzdatniania spełnia te same, bardzo rygorystyczne normy jakościowe.

Jednym z parametrów wpływających na nasz odbiór walorów smakowych jest zmiana temperatury wody, która jest zupełnie naturalna i związana bezpośrednio, z temperaturą wody w rzekach, z których jest pobierana do uzdatniania. Warto jednak przypomnieć, że odbiór walorów smakowych jest cechą subiektywną, zależną między innymi od zawartości jonów nieorganicznych w ślinie. Jeżeli zawartość tych substancji jest zbliżona do poziomu, do którego nasze receptory smaku są przyzwyczajone, tym bardziej spożywana woda nam smakuje.

A ponieważ człowiek również ulega wpływowi pór roku – jego poczucie smaku może się zmieniać.

### Czy woda, która transportowana jest azbestowymi rurami może być skażona?

Rury azbestocementowe stosowane były powszechnie w latach sześćdziesiątych. Istnieją w Polsce miasta, w których takie rury stanowią ponad 60% sieci wodociągowej. W Krakowie rury wykonane z azbestu są od lat systematycznie wymieniane. Dzięki temu stanowią niespełna 2% na ponad 2 200 km krakowskiej sieci wodociągowej. Azbest nie jest uwzględniany w żadnych przepisach sanitarnych dotyczących jakości wody do picia, zarówno krajowych jak i unijnych.

Zawartość azbestu w wodzie nie jest normowana. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) w swoich ostatnich zaleceniach dot. jakości wody do picia odnośnie azbestu podkreśla, że „azbest jest związkiem rakotwórczym dla człowieka wyłącznie przy wprowadzaniu go do organizmu na drodze inhalacji”. Na podstawie badań stwierdzono, że nie ma dowodów świadczących o tym, że spożyty wraz z wodą azbest jest szkodliwy dla zdrowia, a zatem nie ma konieczności ustalania zalecanej dopuszczalnej wartości dla azbestu zawartego w wodzie. W związku z licznymi pytaniami związanymi z koniecznością wymiany stosowanych w sieci wodociągowej przewodów azbestocementowych i ich wpływu na zdrowie ludzi, Zakład Higieny Komunalnej Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – Państwowego Zakładu Higieny przedstawił swoje stanowisko, z którego wynika, że narażenie ludności korzystającej z wody przewodzonej rurami azbestocementowymi jest praktycznie żadne.

Takie stanowisko zajmują również instytucje unijne i wszystkie kraje członkowskie UE. Pomimo jednoznacznego stanowiska PZH w tej sprawie, Wodociągi Miasta Krakowa zleciły Instytutowi Medycyny Pracy z Łodzi (Ośrodek Referencyjny Badań i Oceny Ryzyka Zdrowotnego związanych z Azbestem) analizę kilkudziesięciu próbek wody pobranych z najdłuższych odcinków sieci azbestocementowej miasta Krakowa.

W żadnej z analizowanych próbek nie stwierdzono zawartości włókien azbestu. Ponadto pragniemy podkreślić, że zgodnie z ustawą o zbiorowym zaopatrzeniu w wodę i zbiorowym odprowadzaniu ścieków nadzór nad jakością wody przeznaczoną do spożycia przez ludzi sprawują organy inspekcji sanitarnej. Małopolski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w wydawanych systematycznie decyzjach potwierdza pełną przydatność do spożycia przez ludzi wody produkowanej i dostarczanej mieszkańcom przez WMK S.A. Oceniając jakość wody dostarczanej mieszkańcom Krakowa należy stwierdzić, że dla wszystkich parametrów zawsze spełniała wymagania poprzednio obowiązujących Rozporządzeń Ministra Zdrowia i spełnia wymagania aktualnie obowiązującego Rozporządzenia Ministra Zdrowia z 7 grudnia 2017r. (Dz. U. 2017 Poz. 2294) w sprawie jakości wody przeznaczony do spożycia przez ludzi.



Chcesz wiedzieć więcej o jakości kranowianki? Zeskanuj kod QR i wejdź na naszą stronę internetową!

Jesteśmy z Wami. Każdego Dnia!



WODOCIĄGI  
Miasta Krakowa

# „SZERSZY HOLDING” KORZYSTNY DLA KRAKOWIAN

Po odejściu w kwietniu br. z funkcji prezesa Krakowskiego Holdingu Komunalnego SA w Krakowie Tadeusza Trzmieła b. wieloletniego z-cy prezydenta M. Krakowa, był vacat na tym stanowisku. Dwukrotnie został rozpisany konkurs na to stanowisko i drugi wygrał Bogusław Kośmider, wieloletni radny miasta Krakowa w latach 1994-2018 i ponownie wybrany do RMK w kwietniu 2024, podejmując się w nowej radzie funkcji przewodniczącego Komisji Budżetowej. W latach 1998-2010 był wiceprzewodniczącym RMK, a przez dwie kadencje w latach 2010-2018 jej przewodniczącym. W roku 2018 został zastępcą prezydenta Miasta Krakowa, którą to misję wykonywał do kwietnia 2024 r.

**- Jakie ma pan przygotowanie zawodowe do pełnienia funkcji prezesa KHK SA w Krakowie?**

- Jestem absolwentem Akademii Górniczo Hutniczej oraz studiów podyplomowych na Uniwersytecie Ekonomicznym a także różnych kursów w kraju i za granicą, w tym w Niemczech, Francji i Austrii. Byłem członkiem zarządów i rad nadzorczych spółek samorządowych i prywatnych komercyjnych notowanych na Giełdzie Papierów Wartościowych. Jako wiceprezes zarządu zarządzałem holdingiem kilkudziesięciu spółek. Byłem członkiem komitetów audytu spółek notowanych na GPW. Nie ukrywam, że jako inżynier, bankowiec, przedsiębiorca i manager nabyłem duże doświadczenie w zarządzaniu spółkami prawa handlowego. Posiadam 41 letni staż zawodowy, w tym 34 lata w prywatnych firmach.

**- Koło historii zamknęło się w jakiejś mierze. To pan jak radny M. Krakowa razem z radnym Tadeuszem Trzmielem był inicjatorem powstania Holdingu komunalnego i przygotowywał w latach 1994-1996 koncepcje jego działania doprowadzając do jego powstania.**

- Faktycznie razem z Tadeuszem Trzmielem oraz jeszcze radnym profesorem Stanisławem Kutą w latach 1993-1996 w Komisji Infrastruktury Rady M. Krakowa przygotowywaliśmy koncepcje działania Holdingu kapitałowego, który pozwoliłby na optymalne wykorzystywanie finansów dla potrzeb miasta i jego mieszkańców. Koncepcja została zaakceptowana przez Prezydenta i Radę Miasta Krakowa i tak w roku 1997 powstał Krakowski Holding Komunalny SA, który rozwijał się i przyniósł wiele pożytku Krakowianom. Ja przez te lata cały czas współpracowałem z Holdingem, a w latach 2022-2024 jako z-ca prezydenta M. Krakowa reprezentowałem miasto w Radzie Nadzorczej KHK SA.

**- Jaki jest obecnie potencjał firmy, którą pan obejmuje jako jej prezes?**

- Krakowski Holding Komunalny to obecnie Podatkowa Grupa Kapitałowa 5 spółek: KHK SA, Miejskiego Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej SA, Wodociągów Miasta Krakowa SA, Miejskiego Przedsiębiorstwa Komunikacyjnego SA, i firmy Arena Kraków SA. Krakowski Holding Komunalny SA ma za rok 2023 skonsolidowany kapitał własny 2,89 mld zł, przychody roczne 2,97 mld zł, roczny zysk netto Holdingu to 113 mln zł., Efekt podatkowy PKG za ostatnie 4 lata to 25,7 mln zł, w tym za 2023 rok 3,6 mln zł. Zadłużenie wszyst-

kich spółek Holdingu wynosi 1,4 mld zł, dotacje rozwojowe 1,24 mld zł, rzeczowe aktywa trwałe wg wyceny księgowej to blisko 5,6 mln zł. Z tym, że trzeba mieć świadomość, że wartość rynkowa tych aktywów jest zdecydowanie większa. Istotną rolę w działalności Holdingu odgrywa Zakład Termicznego Przekształcania Odpadów utylizujący za 2023 rok 232 tys. ton odpadów rocznie i przynoszący zysk netto 54 mln zł. Reasumując jesteśmy na 160 miejscu w Polsce jako firma, ale KHK SA zajmuje najwyższe miejsce wśród spółek komunalnych na liście 500 największych przedsiębiorstw w Polsce.

**- Biorąc pod uwagę dobrą sytuację gospodarczą spółki, jakie powinny być główne kierunki działania inwestycyjnego do wewnątrz w najbliższych latach?**

- Spółka jest w momencie przygotowywania decyzji o ważnych inwestycjach, które będą miały istotne znaczenie dla jej kondycji finansowej. Zrezygnowaliśmy na razie, ze względów ekonomicznych, z budowy 3 linii zagospodarowania odpadów. Wskazane są jednak nowe inwestycje rozszerzające bezpieczeństwo i efektywność Zakładu Termicznego Przekształcania Odpadów. W 2026 roku mija 10 lat od otwarcia ZPTO. Będzie to okazja do podsumowań, ale i określenia dalszych perspektyw rozwoju poprzez inwestycje odtwarzające. Na pewno trzeba będzie pójść sprawdzoną drogą zwiększenia efektywności spalania, tak jak to uczyniono w przypadku odzysku ciepła ze spalin.

**- Wiem, że jest pan autorem koncepcji tzw. „Szerszego Holdingu” zwiększającego swój potencjał, ale także będącego wehikułem finansowym dla miasta, tak jak to było w przypadku ZPTO. Z jakich wzorów i doświadczeń chce pan skorzystać idąc tą drogą.**

- Nie ulega wątpliwości, że należy rozwijać Podatkową Grupę Kapitałową w zakresie składu, integracji, funkcji i efektów. Wskazane jest rozszerzenie działania Holdingu jako narzędzia rozwoju Krakowa. Należy zapewnić Miastu maksymalną samowystarczalność energetyczną, szczególnie w dziedzinie energetyki ciepłej. Trzeba będzie angażować się w nowe przedsięwzięcia komunalne, rozwijać metropolię krakowską oraz podejmować działania w zakresie Smart City. Oczywiście nie będziemy wyważać otwartych już drzwi. Trzeba się wzorować na podobnych rozwiązaniach działających grup gospodarczych w Niemczech i Austrii Stadtwer-

kach, czyli właśnie komunalnych holdingach. Znam język angielski i niemiecki i wielokrotnie odwiedzałem te komunalne firmy i wiem jak one obecnie działają. Idą one głównie w 3 kierunkach: - energetyka i samowystarczalność energetyczna miast, po drugie stały się wehikulami finansowymi wspierając różne dziedziny rozwoju mia-

inwestycje energetyczne rozszerzona zostanie samowystarczalność energetyczna Krakowa. To kluczowy priorytet na przyszłość, także przyszłość Holdingu i przyszłość Krakowa. Wykorzystując racjonalną politykę inwestycyjną w zakresie zagospodarowania odpadów miasto zapewni bezpieczeństwo miejskiego systemu oczyszczania miasta. No i oczywiście dzięki współpracy z podobnymi podmiotami w Europie, środowiskiem naukowym, miasto zapewni sobie dostęp do nowoczesnych i innowacyjnych rozwiązań i zapewni sobie wpływ na decyzje w sprawach o których decydować się będzie w Brukseli, np. sprawy zrównoważonego rozwoju czy przetargów wewnętrznych. A w sprawach tzw świadectw emisji ETS to może być ogromnie ważna sprawa.



sta np. mieszkalnictwo, po trzecie stały się głównym narzędziem wdrażania Smart City. Stadtwerki rozwijają się też metropolitalnie. Na pewno trzeba będzie skorzystać z ich doświadczeń, oczywiście dostosowując do naszych realiów i potrzeb, wykorzystując sprawdzony system zarządzania.

**- No właśnie jaką ma pan koncepcja zarządzania takim rozszerzonym Holdingiem?**

- Relacje pomiędzy spółkami powinny być zdecydowanie partnerskie, a członkowie władz na bieżąco informowani o wzajemnych kluczowych działaniach. W tym celu należy powołać Kolegium Holdingu w skład którego wchodziłoby prezesi zarządów oraz przewodniczący rad nadzorczych. W skład Holdingu wchodziłyby spółki zatrudniające ponad 4 tys pracowników. Zatem będą konieczne działania informacyjne i integrujące załogi tych spółek. Trzeba będzie zastosować system zarządzania zgodnością - Compliance- i wdrożyć raportowanie pozafinansowe ESG. Na pewno interesujące mogą być np. Centra Kompetencji, które powinny wyłaniać kreatywnych i profesjonalnych pracowników pracujących efektywnie w spółkach Holdingu i tworzących dla wszystkich wartość dodaną w zakresie innowacji

w przyszłości odczuwają ich efekty jako mieszkańcy Krakowa.

**- W takim razie panie prezesie przejdźmy do korzyści jakie może osiągnąć miasto i jego mieszkańcy w wyniku powstania i działania Szerszego Holdingu.**

- Zaczniemy od miasta, bo Krakowski Holding Komunalny to przecież komunalna spółka i powinien przynieść pożytek swojemu właścicielowi. Zacznę od tego co już wspominałem. Każde miasto aby się rozwijać musi inwestować i Holding może stać się wehikułem inwestycyjnym rozszerzającym możliwości inwestycyjne miasta. Duży może więcej i rozszerzony holding będzie mógł więcej inwestować ale i wprowadzać dobre sprawdzone w spółkach praktyki, Kraków powinien stać się centrum metropolitalnym rozszerzając współpracę spółek układu komunalnego nie tylko krakowskich, ale także sąsiednich gmin. Finanse to podstawa rozwoju każdego miasta. Podatkowa Grupa Kapitałowa uzyska większe oszczędności podatkowe i zamiast odprowadzać pieniądze do Warszawy zapewni ich bezpośrednie wykorzystanie w mieście. Poprzez wykorzystanie KHK jako wehikulu finansowego i narzędzia polityki energetycznej, poprzez wdrożenie okrągłego stołu energetycznego ale i ważne

inwestycje energetyczne rozszerzona zostanie samowystarczalność energetyczna Krakowa. To kluczowy priorytet na przyszłość, także przyszłość Holdingu i przyszłość Krakowa. Wykorzystując racjonalną politykę inwestycyjną w zakresie zagospodarowania odpadów miasto zapewni bezpieczeństwo miejskiego systemu oczyszczania miasta. No i oczywiście dzięki współpracy z podobnymi podmiotami w Europie, środowiskiem naukowym, miasto zapewni sobie dostęp do nowoczesnych i innowacyjnych rozwiązań i zapewni sobie wpływ na decyzje w sprawach o których decydować się będzie w Brukseli, np. sprawy zrównoważonego rozwoju czy przetargów wewnętrznych. A w sprawach tzw świadectw emisji ETS to może być ogromnie ważna sprawa.

**- No dobrze, ale jak to przełoży na bezpośrednie korzyści dla mieszkańców.**

- Stabilna polityka Holdingu we współpracy z komunalnymi spółkami zapewni stabilne i korzystne ceny nie tylko zagospodarowania odpadów, ale także innych świadczonych usług przez firmy komunalne. Samowystarczalność i bezpieczeństwo energetyczne to nie tylko ciepłe kaloryfery i ciepła woda użytkowa płynąca z kranów, ale również stabilne i przystępne ceny ponoszone z tego tytułu. Dzięki współpracy spółek komunalnych w ramach Holdingu będą one bardziej efektywne, co zapewni stabilne koszty, co przełoży się na ceny świadczonych usług. Powstanie Okrągłego Stołu Energetycznego pod patronatem Prezydenta Miasta i Holdingu zapewni pełną otwartość informacyjną i zmaksymalizuje bezpieczeństwo energetyczne. Polityka finansowa Holdingu pozostawiająca pieniądze w Krakowie zapewni prowadzenie inwestycji tak potrzebnych dla mieszkańców. Poprzez programy smart city realizowane z Miastem rozszerzą się możliwości Krakowa. Na pewno otwartość i pełna informacja w działaniu Holdingu rozszerzą oferty edukacyjne dla mieszkańców, uczniów i studentów. To będzie „szerszy holding”, poprzez szersze działania w zakresie bezpieczeństwa i efektywności spalarni, poprzez działania poszerzające funkcjonalnie i finansowo Podatkową Grupę Kapitałową, poprzez zaangażowanie w inwestycje ważne dla Krakowa poszerzy możliwości rozwojowe naszego Miasta. To wielkie wyzwanie. Ale tak jak udało się z powołaniem Krakowskiego Holdingu Komunalnego tak uda się z działaniami zwiększającymi możliwości samorządowego Krakowa

**Dziękuję za rozmowę i życzę realizacji ambitnych zamierzeń**

Rozmawiał:  
SŁAWOMIR PIETRZYK

**KHK**

Krakowski Holding Komunalny SA

# TRWAJĄ REMONTY NA PLACACH ZABAW

Ogródki jordanowskie w Dzielnicy XVI są sukcesywnie remontowane i doposażanie. Coraz ciekawsze urządzenie zabawowe zachęcające najmłodszych do aktywności i inspirujące do kreatywnych zabaw pojawiają

się w naszej dzielnicy. W ostatnim czasie remontowany jest plac zabaw na os. Jagiellońskim. To jeden z tematycznych placów zabaw w naszej dzielnicy, ten akurat utrzymany jest w tematyce farmerskiej. Na placu

zabaw pojawił się już traktor i zwierzęta zagrodowe. Obecnie trwa kolejny etap doposażania. Niecierpliwi muszą jeszcze chwilę poczekać by w pełni skorzystać z tej przestrzeni, ponieważ jest to duża inwestycja do

posażenie odbywa się etapowo. Prace finansowane są ze środków Rady Dzielnicy oraz dzięki wsparciu Bogumiły Drabik, radnej Miasta Krakowa, która zabezpieczyła dodatkowe kwoty na ten cel w budżecie miasta.



## NOWA HUTA W OBIEKTYWIE – BLISKA I OSOBISTA

Kilkadziesiąt zdjęć z tegorocznej edycji konkursu sFOTOhutowani zawisło w Klubie Krzesławice Ośrodka Kultury Kraków–Nowa Huta wśród licznych prac dotyczących Dzielnicy XVI. Teraz wystawa jest dostępna dla zwiedzających w godzinach pracy Klubu.

Ten wyjątkowy konkurs skierowany jest o mieszkańców wszystkich pięciu dzielnic nowohuckich. Tegoroczną edycję zdominowały jednak prace związane z dzielnicą XVI – Bieńczyce i XVIII- Nową Hutą. W piątek 11 października odbył się uroczysty wernisaż prac konkursowych, na którym autorzy najlepszych zdjęć zostali nagrodzeni. Wernisaż otworzyły krótkie przemówienia zaproszonych gości. Imprezę swoją obecnością uświetniła przewodnicząca Komisji Kultury i Ochrony Zabytków Rady Miasta Krakowa Magdalena Mazurkiewicz i Przewodniczący Rady i Zarządu Dzielnicy XVI Zygmunt Bińczycki. Kilka

słów do zebranych wygłosiła Dyrektorka OKKNH Małgorzata Jezutek, wspominając o wyjątkowym miejscu, w którym zawisła wystawa – Klub Krzesławice mieści się w budynku dawnej szkoły ufundowanej przez Jana Matejkę. Głos zabrali także jurorzy konkursu: Tom Rollauer i dr Mirosław Niesyto. Na wernisażu obecna była także trzecia jurorka Alicja Wójcik. Wszyscy podkreślali, jak burzliwe były obrady, a podejmowanie decyzji o werdykcie trudne.

Po części oficjalnej przyszedł czas na swobodną wymianę myśli i wrażeń, a wszystko to przy smacznych przekąskach i dobrej kawie. Dodajmy, że konkurs jest częścią projektu sFOTOhutowani, na który składają się jeszcze warsztaty i spacer fotograficzny. Projekt wystartował w 2022 roku i z każdą kolejną edycją gromadzi coraz szersze grono uczestników i uczestniczek cieszy fakt, że mieszkańcy Bieńczyce są w nim aktywnie obecni.



## NA PRZEŁAJ PRZEZ BIEŃCZYCE

Urodziny świętować można na wiele sposobów, tak też staramy się obchodzić jubileusz 800-lecia Bieńczyce – organizując wydarzenia kulturalne, rozrywkowe a także sportowe. Dziś zapraszamy na Krakoskikros, który już w przyszłym tygodniu odbędzie się w Dzielnicy XVI. Jak mówią organizatorzy Krakoskikros to biegi przełajowe w czystej postaci.

W sobotę 26 października trzecia edycja Krakoskikrosu zawita na Planty Bieńczyckie. Biegi przełajowe będą poprowadzone po nieutwardzonych ścieżkach. Każdy znajdzie coś dla siebie. Dzieci wystartują na dystansach od 100 metrów do 1 km. Dla młodzieży i studentów przygotowano trasy mierzące od 1 do 3 km. Kobiety pobiegą 4, a mężczyźni 6 km. W każdym z biegów będą prowadzone

oddzielne klasyfikacje z podziałem na wiek i płeć. Pierwsze biegi (dzieci urodzonych w 2019 roku i młodszych) rozpoczną się o godz. 9.20, bieg dorosłych przewidziano na 12.40. Zapisy i informacje na stronie <https://krakoskikros.pl/>

Biuro zawodów czynne będzie od 8.15 do 11. – Trasy zostały tak pomyślane, by kształtować siłę, wytrzymałość, sprawność, dynamikę, a nawet szybkość. To zawody bardzo bezpieczne. Miękkie podłoże, zbiegi, podbiegi, ostre zakręty, czasem przy wiejącym wietrze naturalnie kształtują wszystkie poziomy motoryki – podkreśla Dariusz Kaczmarek, jeden z organizatorów biegu.

Bieg będzie jednym ze sportowych wydarzeń, przypominających o tegorocznym 800-leciu Bieńczyce.



RADA DZIELNICY XVI BIEŃCZYCE:

os. Kalinowe 4, 31-812 Kraków, tel. 12 641 4567, e-mail: [rada@dzielnica16.krakow.pl](mailto:rada@dzielnica16.krakow.pl). Przewodniczący Rady i Zarządu: Zygmunt Bińczycki. Zastępca Przewodniczącego: Robert Adamek. Członkowie Zarządu: Kamil Bartosik, Marcin Bursa, Renata Połomska.



## CZYSTA DŁUBNIA – WSPÓLNA MISJA MIESZKAŃCÓW NOWEJ HUTY



Niedziela, 13 października 2024 roku, na długo zostanie w naszej pamięci, jako dzień, w którym blisko setka mieszkańców Nowej Huty zebrała się, by zadbać o czystość rzeki Dłubni. Już po raz czternasty odbyła się akcja sprzątnięcia Czysta Dłubnia, organizowana przez Fundację Ecotravel.

Od ośmiu lat Fundacja Ecotravel nie tylko angażuje lokalną społeczność do wspólnego działania, ale także buduje silne więzi między mieszkańcami, którzy dwa razy do roku spotykają się nad Dłubnią. To rzeka szczególnie ważna dla Nowohucian, którzy rozumieją, jak istotne jest dbanie o czystość jej wód i brzegów. W tym roku, mimo chłodnej jesieni, frekwencja nie zawiodła. Na miejscu zjawili się rodziny z dziećmi, młodzież szkolna oraz osoby dorosłe, w sumie blisko 100 osób zebranych z jednym wspólnym celem – wysprzątać rzekę i jej okolice.

Akcja objęła

obszar wzdłuż rzeki, na końcu ul. Wojciechowskiego, gdzie odkryto niemałą liczbę śmieci. Łącznie zebraliśmy około 120 worków odpadów, a wśród nich znalazły się również odpady wielkogabarytowe – od starych mebli po opony. Jednak najbardziej zaskakującym odkryciem okazała się... para nowych butów sportowych w oryginalnym opakowaniu! To właśnie one wygrały w naszym konkursie na najbardziej nietypowy przedmiot znaleziony podczas sprzątnięcia. Takiego znaleziska nie mieliśmy jeszcze nigdy wcześniej!

Warto też podkreślić, że do akcji przyłączył się sam wiceprezydent miasta Krakowa, Łukasz Sęk, który w woderach aktywnie pomagał wyciągać

**Do akcji przyłączył się sam wiceprezydent miasta Krakowa, Łukasz Sęk, który w woderach aktywnie pomagał wyciągać śmieci z rzeki.**

śmieci bezpośrednio z rzeki. Jego zaangażowanie stanowiło doskonały przykład dla wszystkich uczestników i pokazało, jak ważne jest dbanie o nasze lokalne środowisko.

Całe wydarzenie zakończyło się tradycyj-

nym ogniskiem z kiełbaskami i ciepłym posiłkiem, co stało się już integralną częścią akcji Czysta Dłubnia. Dziękujemy serdecznie wszystkim, którzy wzięli udział w tej edycji – zarówno tym, którzy dzielnie zbierali śmieci, jak i tym, którzy nam kibicowali, ale z różnych powodów nie mogli być z nami na miejscu.

Nie możemy też zapomnieć o wsparciu ze strony nowohuckich firm oraz krakowskich jednostek miejskich, które niezmiennie pomagają nam w organizacji tej akcji. Dzięki ich zaangażowaniu mogliśmy zapewnić uczestnikom nie tylko odpowiednie narzędzia do sprzątnięcia, ale także ciepły posiłek.

Fundacja Ecotravel od lat pokazuje, że wspólne dbanie o środowisko nie tylko przynosi realne efekty w postaci czystej rzeki, ale także tworzy prawdziwą, sąsiedzką wspólnotę, która ceni i dba o swoją okolicę. To nie koniec naszej drogi – wiosną wrócimy nad Dłubnię, by ponownie wspólnie zatroszczyć się o naszą rzekę.

**Do zobaczenia na kolejnej akcji!**



## Z NOTESU KIBICA

18.10 (piątek) – godz. 14, piłkarska Centralna Liga Trampkarzy – grupa D: Hutnik – Korona Kielce

19.10 (sobota) – godz. 10, piłkarska Małopolska Liga Juniorów: Hutnik – Puszcza Niepołomice

19.10 (sb) – godz. 13, piłkarska klasa B – grupa wielicka: Wawrzynianka – Tęcza Słomiróg

19.10 (sb) – godz. 14, piłkarska klasa okręgowa – grupa III: Partyzant Dojazdów – Górnik Wieliczka; godz. 15.30: Wiarusy Igołomia – Jordan Sum Zakliczyn

19.10 (sb) – godz. 15, V liga piłki nożnej – grupa zachodnia: Sokół Kocmyrzów – Węgrzanka Węgrze Wielkie

19.10 (sb) – godz. 15, II liga siatkówki mężczyzn – grupa czwarta: Sparta – Volley Strzelce Opolskie (hala ZSOS 2, os. Teatralne 35)

19.10 (sb) – godz. 15, piłkarska klasa A – grupa III: Sparta Skrzyszowice – Dąbski Kraków

19.10 (sb) – godz. 15, piłkarska klasa A – grupa wielicka: Nadwiślanka Nowe Brzesko – Czarnochowice; godz. 16: Dąb Zabierzów Bocheński – Ledniczanka Lednica Górna

19.10 (sb) – godz. 15.30, piłkarska klasa okręgowa – grupa II: Grębałowianka – Orleża Rudawa, Wanda – Borek Kraków

20.10 (niedziela) – godz. 10, piłkarska Małopolska Liga Juniorów Młodszych: Hutnik II – Puszcza 20.10 (nd) – godz. 15, piłkarska klasa B – grupa wielicka: Błyskawica Wyciąże – Targowianka Targowisko

20.10 (nd) – godz. 15.30, piłkarska klasa A – grupa III: Galicja Raciborowice – Nadwiślan Kraków

20.10 (nd) – godz. 17, II liga piłki ręcznej mężczyzn – grupa czwarta: Hutnik – Świt Szaflary (hala Suche Stawy)

## Z PIŁKARSKICH BOISK

Centralna Liga Juniorów Młodszych – grupa wschodnia. Spotkanie Hutnik – Cracovia zostało przełożone na 23 października. Prowadzi Legia Warszawa – 30 pkt. Hutnik osunął się na szóste miejsce – 18 pkt.

Centralna Liga Trampkarzy – grupa D. Puszcza Niepołomice – DAP Dębica 0-4 (0-1); BKS Biłgoraj – Hutnik 1-1 (0-0); Złocki. Pierwszą pozycję zajmuje Cracovia – 24 pkt, 10. Puszcza – 7 pkt, 11. Hutnik – 7 pkt.

Małopolska Liga Juniorów. Hutnik – Unia Tarnów 3-0 (1-0): Swatowski, Uchacz, Łyżczarz; Puszcza – Sandecja Nowy Sącz 1-3 (1-1): Kogut. Na prowadzenie wyszła Sandecja – 28 pkt, 2. Puszcza – 28 pkt. Hutnik jest czwartym – 23 pkt.

Małopolska Liga Juniorów Młodszych. Hutnik II – Pogoń Skotniki 9-3 (3-2), Termalica Nieciecza –

KKS KALISZ – HUTNIK 1-1 (1-1)

0-1 – M Głogowski (39), 1-1 – Putno (45).

HUTNIK: Frątczak – K. Głogowski, Tarasovs, Kędziora (86. Daniel Hoyo-Kowalski), Jania (46. Soprych) – Słomka, Urbańczyk, Miśak, Sowiński (67. Szablowski), Rakels (22. Belycz) – M. Głogowski  
Sędziował: Sebastian Jarzębak (Piekary Śląskie). Żółte kartki: Putno, Smoliński, Głaz, Kieliba – Jania, Słomka, K. Głogowski, Daniel Hoyo-Kowalski. Widzów 350.

Nowohucy piłkarze nie przegrywają, ale i tak tracą punkty, gdyż trzy kolejne ich mecze zakończyli remisami. Pomimo tego, że prezentowali się lepiej od konkurentów i wydawało się, że za każdym

razem powinni zdobyć komplet punktów. Również z KKS, z którym jeszcze nie wygrali na jego boisku.

W tym meczu atakowali jego graczy już na ich przedpolu, często

odbierając im tam piłkę. Zdarzało się jednak, że miejscowym udawało się wyprowadzić kontry i za każdym razem kończyli je strzałami. Toteż Dorian Frątczak mógł kilka razy się wykazać. Więcej akcji przeprowadzali jednak hutnicy, ale często zwlekali ze strzałami. Aż w 39 min Michał Głogowski zakreślił w polu karnym przeciwnikami – podanie otrzymał od brata Kamila – uzyskując prowadzenie. Niestety, kilka minut później zaspęła para obrońców gości i Bartłomiej Putna zdołał wyrównać.

Również w II połowie inicjatywę posiadali inicjatywę, więcej atakowali i już częściej uderzali na przeciwną bramkę. Stworzyli sobie trochę sytuacji i jeszcze w 89 min powinni zapewnić sobie wygraną. Niestety, musieli się pocieszyć tylko remisem.

Liderem II ligi pozostała Polonia Bytom – 30 pkt. Hutnicy zajmują piątą pozycję – 22 pkt. Przed nimi podróż do Bytomia bez czterech graczy. Trzech będzie pauzowało za kartki, a Denis Rakels nabawił się kontuzji. (dan)

## SPASOWALI, CHOĆ PROWADZILI

AT JASTRZĘBSKI WĘGIEL – SPARTA 3-0 (25-20, 25-18, 25-20)  
SPARTA: Rutkowski, Chrabota, Kopeć, Słowik, Kijowski, Sala – Nowak (libero), Poradzisz, Grzywacz, Furtok.

W obydwu zespołach występują juniorzy i z tej przyczyny zaliczane są do grona tych, którzy będą broniły się przed spadkiem. Punkty zdobyte w takich meczach

będą więc miały ogromne znaczenie. Początek tego starcia zdawał się wskazywać, że siatkarze z os. Teatralnego mogą powrócić do domu z jakimś dorobkiem. Sparta bowiem świetnie zaczęła ten mecz. Prowadziła 8-0, potem jeszcze 12-3, ale nagle stanęła, grając beładnie i popełniając masę błędów.

- Psuliśmy wszystko i nie mogli-

śmy tego powstrzymać – mówi trener Adam Fedorek. – Zepsuliśmy 21 zagrywek, zmarnowaliśmy 14 ataków, do tego doszły cztery siatki przy blokach. Przy tylu oddanych za darmo punktach nie można było wygrać.

Nowym liderem czwartej grupy II ligi został Kęczanin Kęty – 8 pkt. Sparta zajmuje dwunaste miejsce – 1 pkt.

\*\*\*

II Liga Małopolska siatkarek – grupa Centrum. Sparta – Bronowianka Kraków 3-2 (23-25, 25-13, 25-21, 21-25, 15-12), Wisła Kraków – Sparta 2-3 (25-21, 19-25, 25-22, 13-25, 11-15). Prowadzi MKS Ryglić – 6 pkt, 2. Sparta – 4 pkt.

(dan)

## ŻEBY TAK W KAŻDYM MECZU

SIÓDEMKA MYŚLOWICE – HUTNIK 22-26 (12-11)

HUTNIK: Pęgielski, Witwicki – Wnęk 4, Krawczyk 4, Kozioł, Gądek, Słowiński, Sobczyk, Gubała 3, Jagielak 3, Trawnicky 5, Szpakowski 2, Cegła 3, Przala, Pabian, Dziedzic 1.

Ciężki bój przyszło stoczyć pi-

karzom ręcznym z Nowej Huty. Niestety, okupiony kontuzją obrotowego Krzysztofa Gubały (podejrzenie urazu więzadeł). – Nie było odpuszczania, chciałem widzieć tak walczący zespół w każdym meczu – podkreśla trener Wiktor Witowski. – Bardzo dobrze zagraliśmy w obronie, to było niebo

a ziemia w porównaniu do wcześniejszych gier. Świetnie spisywali się bramkarze, był to zwłaszcza udany występ dla Jakuba Witwickiego. Przed przerwą jednak nie byliśmy skuteczni w ataku, co wykorzystywali gospodarze, rząc nas po kontrach. W drugiej połowie zaczęliśmy trafiać i mecz

zakończył się zasłużonym naszym zwycięstwem.

Na prowadzeniu w czwartej grupie II ligi znajduje się z kompletem zwycięstw ASPR Zawadzkie – 9 pkt. Krakowianie zajmują czwarte miejsce – 6 pkt.

(dan)

## GRAND PRIX W TENISIE STOŁOWYM

W Szczawnie-Zdroju, w pobliżu Wałbrzycha, rozegrany został drugi turniej Grand Prix Polski Masters w tenisie stołowym kobiet i mężczyzn. W rywalizacji pań wzięły udział dwie zawodniczki związane z Nową Hutą, Jolanta Szatko-Nowak i Dorota Nowacka. Występująca w kategorii 60-69 Szatko-Nowak znowu okazała się najlepsza w tym gronie. Jedną z groźniejszych rywalek, Halinę Ka-

man z Ostrowa Wielkopolskiego pokonała 3-0. W takich samych rozmiarach wygrała z Haliną Kiersznicą (Szczecin) – w I secie na przewagi – i Bożeną Małkus (Konin). Trochę kłopotów sprawiła jej Regina Kasprzak z Jeleniej Góry. Krakowianka uległa jej w I partii do 10, ale następne łatwo rozstrzygnęła na swoją korzyść, a Kasprzak, nigdy tak wysoko nie była, zajęła drugą pozycję.

Nowacka – miesiąc temu nie startowała – wzięła udział w rywalizacji w kategorii 50-59. Wysła z swojej grupy eliminacyjnej i w ćwierćfinale pokonała 3-1 Katarzynę Krzysztoforska (Świętochłowice). W półfinale jednak uległa Dorocie Paluch (Jastrzębie Zdrój) 1-3 i ostatecznie uplasowała się na trzeciej pozycji.

(dan)

## ZMIANY NA SZCZYTACH HUTNIKA

Całkiem nieoczekiwanie doszło do zmian we władzach klubu z Suchych Stawów. Z pełnomocnych w nich funkcji zrezygnował Artur Kędziora.

Był on prezesem Stowarzyszenia Nowy Hutnik 2010 oraz członkiem zarządu spółki z ograniczoną odpowiedzialnością Hutnik Kraków, prowadzącej drugoligową drużynę piłkarską. Jak wynika z komunikatu opublikowanego przez nowohucki klub złożył on rezygnację z „powodów osobistych i podjęcia innych wyzwań biznesowych”. Oznacza to jednocześnie, że „zakończył współpracę z klubem”.

Pełniącym obowiązki prezesa Stowarzyszenia Nowy Hutnik 2010 został Tomasz Job, doskonale znany w środowisku sympatyków klubu i zaangażowany w jego działalność od wielu lat. Natomiast zarząd hutniczej będzie obecnie pracował w dwuosobowym składzie, z prezesem Arturem Trębaczem i członkiem zarządu Leszkiem Janiczakiem. Jego kadencja upływa 31 grudnia obecnego roku.

(dan)

## EKSTRAKCJA ZĘBÓW – WSZYSTKO CO POWINNIŚMY WIEDZIEĆ

Ekstrakcja zęba, czyli inaczej jego usuwanie, to obecnie bezpieczny zabieg, jednak stosowany jako ostateczne rozwiązanie, gdy wszystkie inne opcje leczenia zostały wyczerpane. Kiedy ząb musi być wyrwany i jakie są tego konsekwencje? Odpowiada lekarz stomatolog Urszula Jarosz.

Stomatologia jest obecnie tak dobrze rozwiniętą dziedziną, że ekstrakcja zębów nie następuje równie często, jak miało to miejsce jeszcze kilkanaście lat temu. Są jednak sytuacje, gdy nie ma innego wyjścia, takie jak nieodwracalne uszkodzenie zęba czy to przez rozległą próchnicę czy uraz lub jego obumarcie i konieczność wstawienia implantu. Wskazaniem do usuwania zębów bywa leczenie ortodontyczne, gdy brakuje miejsca, aby równo ustawić wszystkie zęby w łuku. - Ekstrakcja zębów oczywiście

nadal ma miejsce, zwłaszcza gdy zmuszeni jesteśmy zastąpić zniszczone zęby implantami. Jednak faktem jest, że usuwanie zębów to ostateczność. Jeżeli nie możemy wyleczyć uzębienia za pomocą wszelkich dostępnych metod czyli np. koron, wypełnień czy leczenia kanałowego, oznaczać to będzie, że zęba nie da się już uratować i należy go potocznie mówiąc, wyrwać. Jest to niezbędne, gdyż posiadanie zainfekowanych, chorych zębów, rzutuje negatywnie na całe nasze zdrowie. Bardzo częstym zabiegiem jest ekstrakcja ósemek, jednak tutaj przyczyną głównie jest po prostu brak miejsca na nie w jamie ustnej, a nie zniszczenie zęba – tłumaczy lek. stom. Urszula Jarosz, właścicielka Kliniki Vasovia Dental.

### Jak przebiega zabieg i rekonwalescencja

Jeżeli stomatolog zdecyduje o ekstrakcji, czyli usunięciu zęba

z zębodołu, zabieg taki obecnie przeprowadzany jest w znieczuleniu miejscowym, a nawet pod narkozą. Rekonwalescencja zależna jest od rodzaju zabiegu, ilości usuniętych zębów oraz samego organizmu.

Przed samym zabiegiem warto zjeść dobry posiłek, gdyż po nim, na pewno przez dłuższy czas nie będziemy mogli normalnie jeść. Następnie zęby tradycyjnie należy dobrze wynitkować i wyszczotkować. Nie ma tutaj w zasadzie większych przygotowań. Sam zabieg jest bezbolesny, gdyż przeprowadzany w znieczuleniu. To po nim niestety pacjent przez kilka dni będzie odczuwać dyskomfort. - Warto wtedy bardzo dużo pić, zwłaszcza gdy będziemy mniej jeść. Polecam potrawy i napoje o niskiej temperaturze oraz lekkiej konsystencji, to pomoże złagodzić ból i zmniejszyć obrzęk. Zimne okłady także przyniosą ulgę. Przy usuwaniu ósemek, warto zaopatrzyć się

w leki przeciwbólowe. Kilka dni odpoczynku także jest bardzo zalecane – mówi Urszula Jarosz.

- Radzę przed zabiegiem skonsultować z lekarzem go wykonującym, czy konieczna będzie odbudowa kości bądź zadbanie przy pomocy odpowiednich materiałów, aby nie doszło do zaniku kości po usunięciu zęba – dodaje ekspertka.

### Co po ekstrakcji?

Same wrywanie zębów, to nie wszystko. Dla zdrowia ale i wyglądu niezbędne będzie wstawienie implantów.

- W obecnych czasach praktycznie niemożliwe jest pokazywanie się z brakami w uzębieniu. Coś co ponownie było jakąś normą jeszcze kilkanaście lat temu, nie jest teraz powszechnie akceptowane. Piękne zęby są podstawą nie tylko wyglądu ale też zdrowia. Pozostawienie wolnego miejsca po zębie to nie tylko dyskomfort na co dzień.

Skutkuje przemieszczaniem się pozostałych zębów i często prowadzi do powstawania próchnicy czy patologicznych kieszeni dziąsłowych w powstałych w wyniku wędrowania zębów niefizjologicznych zakamarkach. Wstawienie implantu w miejsce wyrwanego zęba to najlepsze rozwiązanie, może do tego dojść nawet kilkanaście tygodni po ekstrakcji. Wszystko zależy od szybkości gojenia oraz stanu kości w jamie ustnej. Na czas gojenia wstawić można protezę lub wkleić tymczasowy ząb, co poprawia komfort wizualny, zwłaszcza gdy nasza praca wymaga kontaktu bezpośredniego z drugim człowiekiem. W każdym przypadku konieczna jest indywidualna diagnostyka i to lekarz stomatolog zdecyduje, kiedy implant na stałe będzie mógł być umieszczony w jamie ustnej – dodaje lek. med. Urszula Jarosz z Varsovia Dental.

(red)



Fot. lekarz stomatolog Urszula Jarosz

## SKARB Z RECYKLINGU

W przyszłym, 2025 roku będziemy świętować tysięczną rocznicę koronacji Bolesława, zwanego Chrobrym – pierwszego króla naszego kraju. Choć minęło już tak wiele lat, do dnia dzisiejszego pozostało nam dużo bezcennych pamiątek po tym władcy. Są one różnej rangi i różnego rodzaju. Najważniejszą jest oczywiście nasza polska państwowość, której budowanie Bolesław Chrobry kontynuował po swoim ojcu księciu Mieszku I. Kolejną jest przeważający w Polsce chrześcijański światopogląd, którego ugruntowanie na naszych ziemiach również jest zasługą pierwszego polskiego króla. Co do sposobów jego bezpośredniego propagowania, na przykład poprzez nakaz wybijania zębów osobom nieprzeznaczającym postów, możemy mieć wiele zastrzeżeń, jednak sam fakt oraz ogromne realne zasługi króla w tym względzie nie budzą żadnych wątpliwości. To przecież ten władca, za cenę drogiego kruszcu, wykupił i sprowadził do Gniezna ciało świętego męczennika – Wojciecha. Za jego panowania ustanowiono na ziemiach polskich również sieć biskupstw, która, w głównym zrębie przetrwała przez następne stulecia. Był on też fundatorem i zleceniodawcą wzniesienia wielu kamiennych przedromańskich świątyń i pałaców – ich relikty możemy dziś zobaczyć i odwiedzić. W ten sposób, przebywając w miejscach, w których modlił się, lub mieszkał Bolesław Chrobry, możemy po wiekach niejako odczuć jego obecność. Jest jednak w Gnieźnie muzeum, gdzie znajduje się przedmiot, który nasz pierwszy władca i inne najważniejsze persony ówczesnej europejskiej sceny politycznej mogły mieć nawet w swych dłoniach. Mowa tu o tzw.

kielichu św. Wojciecha, przechowywanym i eksponowanym obecnie w Muzeum Archidiecezji Gnieźnieńskiej. Kielich ten, jest też ciekawym przykładem zjawiska, o którym autorzy wielokrotnie wspominali na łamach Głosu w odniesieniu do różnych zabytków. Mianowicie chodzi o kwestię nie marnowania starszych przedmiotów, i nadawania im poprzez, na przykład, nowe oprawy, nowego życia, a często też nieco odmiennej funkcji. Najcenniejszym elementem kielicha jest jego czasza, którą stanowi kubek, wykonany z agatu, z pięknego, wielobarwnego, częściowo przeświecającego kamienia. Jest to zapewne wyrób bizantyński z X w. Kubek ten mógł być jednym z darów Ottona III dla Bolesława Chrobrego podczas zjazdu gnieźnieńskiego w 1000 roku. Oprawiony następnie w złoto stanowił czaszę mszalnego kielicha, którego poszczególne części pochodzą z różnych wieków. Stopa i nodus datowane są na koniec XII w. Misterna koronka stanowiąca oprawę kubka – czaszy była późnogotycka, jednak po zniszczeniach II wojny światowej była tak zdewastowana, że to, co oglądamy obecnie jest rekonstrukcją z lat sześćdziesiątych XX wieku. Natomiast paski metalu łączące dno z wargą czaszy pochodzą ze schyłku XVIII wieku i dodano je zapewne w celu ustabilizowania naczynia po pęknięciu kubka. Wnętrze wyłożone zostało złotą blachą, ponieważ zgodnie z przepisami liturgicznymi – Najświętsza Ofiara ma być sprawowana przy użyciu kielicha złotego, albo przynajmniej wewnątrz czaszy pozłoczonego. Ten, niejako przez wieki komponowany kielich, przechowywany i używany był w klasztorze kanoników regularnych, w położonym około 20 kilometrów na wschód od Gniezna, Trzemesznie. Z kościoła w Trzemesznie trafił do Skarbcza Katedry Gnieźnieńskiej, gdzie

rozpoczął kolejny etap skomplikowanego życia, stając się jednym z najcenniejszych, dostępnych dla ogółu zwiedzających, eksponatów Muzeum Archidiecezji Gnieźnieńskiej.

**Ewa Kubica – Kabacińska  
Fot. Autorka**



Kielich św. Wojciecha. Muzeum Archidiecezji Gnieźnieńskiej.

## Z KRONIKI POLICYJNEJ

### ZATRZYMANO SPRAWCĘ ZABÓJSTWA

Krakowscy policjanci prowadzili intensywne czynności zmierzające do ustalenia sprawcy zabójstwa, do którego doszło pod koniec września w Parku Dębnickim. Sprawca, przy użyciu ostrego narzędzia pozbawił życia 41-latkę. Szeroko zakrojone działania krakowskich jak i małopolskich policjantów kryminalnych doprowadziły do ustalenia i zatrzymania podejrzanego o ten czyn. 10 bm. we wczesnych godzinach porannych policjanci wydziału do Walki z Przemocnością Przeciwno Życiu i Zdrowiu Komendy Miejskiej Policji w Krakowie wspólnie z policjantami wydziału kryminalnego KWP w Krakowie przy wsparciu krakowskiego Samodzielnego Pododdziału Kontrterrorystycznego Policji wkroczyli na posesję w jednej z miejscowości powiatu krakowskiego, aby zatrzymać mieszkającego tam 29-latkę. Według ustaleń śledczych jest on sprawcą zabójstwa 41-letniej kobiety, którego zwłoki zostały ujawnione pod koniec września br. przy Parku Dębnickim. 28 września br. (w sobotę) rano przypadkowy przechodzień ujawnił w Parku Dębnickim w Krakowie zwłoki mężczyzny. Wstępne oględziny ciała wskazywały, że doszło do zabójstwa. Denat posiadał liczne rany zadane ostrym narzędziem. Na miejscu zdarzenia przez wiele godzin pracowali policjanci z grupy dochodzeniowo – śledczej oraz technicy kryminalistyki komendy miejskiej jak i komendy wojewódzkiej Policji pod nadzorem prokuratora. Zabezpieczono wszelkie dostępne ślady, których analizę prowadzili specjaliści z Laboratorium Kryminalistycznego KWP w Krakowie. Policjanci rozpoczęli ustalanie dokładnych okoliczności zdarzenia jak i tożsamości sprawcy. W tej sprawie zostało wszczęte śledztwo przez Prokuraturę Rejonową Kraków – Podgórze z art. 148 par. 1 kodeksu karnego, czyli w sprawie zabójstwa. Śledczy sprawdzali okoliczne monitoringi, wystąpiono z apelem do kierowców o przekazywanie nagrań z kamerek samochodowych przejeżdżających w tamtym rejonie i w tym czasie. Do sprawy zostało zatrzymanych kilka osób, ale nie udało się ich powiązać ze zdarzeniem, niemniej jednak pozwoliło to na wykluczenie niektórych wersji zdarzenia. W trakcie analizowania potencjalnych dróg dojścia sprawcy na miejsce zabójstwa policjanci odnaleźli narzędzie zbrodni. Drobiazgową analizą zabezpieczonych dowodów pozwoliła na wytypowanie podejrzanego i jego zatrzymanie. Obecnie trwają czynności z zatrzymanym 29-latką, który prawdopodobnie wkrótce usłyszy prokuratorskie zarzuty.

### DROGOWE ABC DLA UCZNIÓW SZKOŁY PODSTAWOWEJ

8 października br. funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie przeprowadzili zajęcia edu-

cyjne z uczniami klas od I do VIII Szkoły Podstawowej „Emmanuel” w Krakowie. Podczas spotkania policjanci zwrócili uwagę na kluczowe zasady poruszania się po drogach, takie jak prawidłowe przechodzenie przez jezdnię w miejscu do tego wyznaczonym, stosowanie się do sygnalizacji świetlnej i uważne rozglądanie się przy przekraczaniu jezdni. Spotkania były okazją do omówienia znaczenia noszenia elementów odblaskowych, które zwiększają widoczność pieszego w okresie jesienno-zimowym, kiedy szybko zapada zmrok. Funkcjonariusze przypomnieli o konieczności posiadania karty rowerowej i zasadach jej uzyskania dla tych, którzy chcą poruszać się rowerem po drogach publicznych, a także o przepisach dotyczących poruszania się na hulajnogach elektrycznych. Uczniowie dowiedzieli się, jakie są zagrożenia związane z nieodpowiedzialnym zachowaniem na drodze i sposobach ich unikania. Akcje „Bezpieczna droga do szkoły”, „Świeć przykładem” i „Bezpieczny rowerzysta” przypominają, co zrobić, by zadbać o własne bezpieczeństwo, szczególnie w okresie jesienno-zimowym, gdy dni stają się krótsze i przestrzeganie zasad ruchu drogowego nabiera szczególnego znaczenia. Podsumowując spotkanie, funkcjonariusze podkreślili, że odpowiedzialne zachowanie na drodze nie tylko zapobiega wypadkom, ale także wpływa na bezpieczeństwo innych uczestników ruchu drogowego.

### LEKCJE BEZPIECZEŃSTWA

4 i 7 października br. funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie przeprowadzili zajęcia edukacyjne dla dzieci. W spotkaniach uczestniczyli uczniowie klas I-III ze Szkoły Podstawowej nr 156 w Krakowie oraz dzieci z Przedszkola nr 2 Sióstr Miłosierdzia. Podczas prelekcji policjanci przypomnieli najważniejsze zasady bezpiecznego poruszania się po drogach. Mali słuchacze poznali zagrożenia, jakie mogą napotkać w drodze do szkoły i przedszkola. Omówiono między innymi zasady prawidłowego przechodzenia przez jezdnię, konieczność stosowania się do sygnalizacji świetlnej oraz unikanie niebezpiecznych sytuacji, takich jak wbieganie na jezdnię czy korzystanie z telefonu podczas przechodzenia przez ulicę. Szczególną uwagę poświęcono obowiązkowi noszenia elementów odblaskowych, które poprawiają widoczność pieszych na drodze. Mundurowi omówili działanie numeru alarmowego 112, wyjaśniając dzieciom do czego służy i w jakich sytuacjach należy z niego korzystać. Uczniowie mieli również okazję poznać specyfikę pracy policjanta i zadań związanych z bezpieczeństwem oraz funkcjonowaniem służb. Zajęcia spotkały się z dużym zainteresowaniem, a ich celem było przede wszystkim zachęcenie najmłodszych do przestrzegania zasad ruchu drogowego.

(P)

## NA STRAŻY MIASTA

### JAK WSPÓLNYMI SIŁAMI POPRAWIONO JAKOŚĆ POWIETRZA

We wrześniu tego roku minęło pięć lat odkąd Kraków całkowicie odszedł od stosowania paliw stałych, a mieszkańcy zmienili swoje ogrzewanie na proekologiczne. Dzięki konsekwentnym działaniom Urzędu Miasta Krakowa, skutecznym kontrolom strażników miejskich oraz ogromnemu zaangażowaniu krakowian, z każdym rokiem oddychamy w naszym mieście coraz lepszym powietrzem.

Uchwała antysmogowa została wprowadzona jako najskuteczniejsze działanie, które dawało szansę na osiągnięcie dopuszczalnych standardów jakości powietrza w mieście w jak najkrótszym czasie – do czego obowiązywały przepisy krajowe oraz regulacje Unii Europejskiej. W Polsce Kraków był niekwestionowanym liderem i prekursorem tych działań. Co ważne, spotkały się one z pełnym poparciem społecznym zarówno organizacji pozarządowych, jak i samych mieszkańców. Kontrole straży miejskiej w walkę o czyste powietrze w naszym mieście bardzo mocno zaangażowała się też Straż Miejska Miasta Krakowa. Przez pięć lat obowiązywania przepisów uchwały antysmogowej strażnicy miejscy przeprowadzili 14 681 kontroli. Ujawnili 581 wykroczeń, nałożyli 199 mandatów karnych, sporządzili 331 notatek pod wniosek o ukaranie do sądu oraz puczyli 51 osób. Warto jednak podkreślić, że każdy ujawniony przypadek spalania paliw stałych był rozpatrywany indywidualnie, a decyzje o sankcjach podejmowane były w oparciu o wiele aspektów m.in. społecznych, formalno-prawnych i technicznych. W miejscach, gdzie była potrzeba udzielenia jakiegokolwiek pomocy czy wsparcia, strażnicy takie sprawy kierowali m.in. do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.

### INTERWENCJA NA OS. TEATRALNYM

Funkcjonariusze Straży Miejskiej podjęli interwencję na os. Teatralnym, w związku ze zgłoszeniem, dotyczącym VW z rozbitymi szybami. Po przybyciu na miejsce i weryfikacji sytuacji okazało się, że pojazd ten od lipca był poszukiwany przez policję. Sprawa została przekazana wezwanemu na miejsce patrolowi policji.

### ODNALEZIONO POSZUKIWANEGO

W ub. Czwartek koło trzeciej nad ranem dyżurny odebrał zgłoszenie o osobie leżącej bez butów na ścieżce rowerowej przy moście na rzece Wilga. Gdy patrol dotarł na miejsce, opisany mężczyzna stał na trawniku, wpatrując się w telefon. Był wyraźnie wychłodzony i nie potrafił wyjaśnić, jak znalazł się w tym miejscu. Pamiętał jedynie, że mieszka poza Krakowem. Z uwagi na jego stan strażnicy wezwali zespół ratownictwa medycznego, a mężczyznę umieścili w radiowozie, aby się ogrzał. Chwilę później okazało się, że 36-latek jest osobą poszukiwaną. Po udzieleniu mu pomocy przez ratowników został przekazany policji. (P)

# INFORMATOR NOWOHUCKI



## SŁUŻBY MIEJSKIE I LOKALNE

- Pogotowie Ratunkowe: 999
- Toksykologia: 12 411 99-99
- Straż Pożarna: 998
- Policja: 997
- Policja Nowa Huta: os. Zgody (VIII KP) 12 61-52-910, os. Złotej Jesieni 11C (VII KP) 12 61-52-911, 12 615-33-19.
- Straż Miejska: 986
- Pogotowie gazowe: 992
- Pogotowie dźwigowe: 12 644-23-08
- Pogotowie c.o.: 12 644-38-46
- Wodociągi: 12 648-28-61
- Pogotowie ADREM (elektr., c.o., wod.-kan.-gaz): 12 644-19-69, 12 643-27-43.
- Pogotowie elektryczne dla os. Oświecenia: 12 647-05-65 w dni powszednie i 12 647-15-87 w dni świąteczne.
- Całodobowy telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin: 12 411-60-44.

## NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

- Szpital Rydygiera, Kraków os. Złotej Jesieni 1: tel. 12 64-68-792.
- NZOZ OPC, Kraków os. Na Skarpie 66: tel. 12 357-52-48.

## DYŻURY APTEK

- Apteka Gemini - godziny otwarcia 7-20 i w sobotę 8-16, os. Kazimierzowskie 30, 31-844 Kraków; tel. 571-601-679;
- Apteka DOZ, czynna całą dobę, os. Centrum A, bl. 3, tel. 800 110 110.

## MEDYCYNĄ I ZDROWIE

- Gabinet kardiologiczny, lek. med. Krzysztof Ideć, os. Hutnicze 10/3. Rejestracja: 12 357-36-12
- Kompleksowe leczenie stomatologiczne: leczenie kanałowe, protetyka, implanty. Kraków, os. Słoneczne 11, lokal U 1., Tel. 12 644 89 01, kom. 664 395 417. Pon.-pt. 9.00-19.00. www.bjb.net.pl
- Pracownia USG - lek. med. B. Stępień - os. Handlowe 8, tel. 12 644-78-26 lub 696-047-450: badania jamy brzusznej, tarczycy. Czynna: poniedziałek 12.00-16.00 oraz środa i piątek 9.00-12.00.
- Naprawa protez zębowych, wzmacnianie metalem: tel. 608-205-981



## USŁUGI RÓŻNE

- Telewizor, anteny: tel. 12-640-00-42, 609 586 881.
- Usługi szklarskie, oprawa obrazów, os. Jagiellońskie 19, Pawilon Handlowo-Usługowy koło kościoła ARKA (wejście z tyłu). Tel. 12 647-86-50, 504-552-197.
- Przechowalnia rowerów i opon (z możliwością przeglądu, całoroczna). Plac targowy PIAST, paw. 3. Tel. 647-13-88, kom. 0502-730-087.
- Salon fryzjerski „Dorota” (damski, męski, dzieci). Pl. Targowy „Piast”, paw. 26, 27. Tel. 506-529-863.
- Zakład pieczętkarsko-grawerski, Adam Sroka, przeniesiony z os. Niepodległości do Borzęcina 797A. Tel. 14 68-46-756, e-mail: zaklad@odznaki.pl
- Rowery - sprzedaż, części, akcesoria, serwis, naprawy, komis, malowanie ram. FHU „Elmar”, plac targowy PIAST, paw. 3, tel. 647-13-88, kom. 502-73-00-87.
- Montaż anten, naprawa telewizorów wszystkich typów u klienta, tel. 12 640-00-41, 609-586-881.
- Fundacja Więcej Serca. Usługi księgowo - pełny zakres - ceny do uzgodnienia. Os. Złotej Jesieni 15B, lok. 2, tel. 503-602-661.
- Biuro turystyczne Cerro Torre Szkoła Górską. Wyjazdy polskie i zagraniczne, górskie wyprawy, pilotaż i przewodnictwo wycieczek, obozy i kursy wspinaczkowe, szkolenia, kursy pierwszej pomocy. Oferta dla grup, szkół, firm, klientów indywidualnych. Al. Pokoju 82, 501 568 948, www.szkolagorska-cerrotorre.pl
- Wyroby złote i srebrne. Naprawy. Grawerowanie. Skup złota i srebra. Upominki komunijne. Ceny producenta. Bięczycki pl. Targowy 5, tel. 12 685-53-80.



## USŁUGI MOTORYZACYJNE

- Firma Autokomputer, Janina Walasek. Badania techniczne pojazdów do 3,5 ton (przeglądy rejestracyjne): okresowe, zasilanych gazem, rejestrowanych po raz pierwszy za granicą, powypadkowych. Komputerowy system pomiaru i kontroli układów jezdnych samochodów osobowych i busów oraz ich regulacja. Komputerowy pomiar sprawności amortyzatorów. ul. Makuszyńskiego 9B, tel. 12 644-18-80, 12 684-19-00 (01, 02), pon.-pt. 8.00-18.00. www.stacja-au-

tokomputer.pl E-mail: autokomputer@op.pl.

- Automyjnia i studio detailingu „Splasz”. Mycie ręczne. Całodobowy parking. Ul. Fatimska 6, tel. 644-72-39.
- Złomowanie samochodów, wystawianie zaświadczeń, transport, tel. 12 681-01-41, 0605-100-845.



## KWIACIARNIE

- Kwiaciarnia „KALINA”, os. Centrum D1, czynna od pn. do pt. w godz. 8-19, w soboty 8-17, w niedziele 9-15. Zamówienia z dostawą do domu. Tel. 12 644-33-36.
- Kwiaciarnia „Cupido”, Czynna: pon.-sob. 6.00-19.00, niedziela 9.00-16.00. Zamówienia na telefon. Dowóz w obrębie Krakowa. Wieńce, wiązanki okolicznościowe, bukiety. Pl. Targowy Bięczyce 6, tel. 641-46-35.

## NIEDZIELNE MSZE ŚWIĘTE

- Bazylika w Mogile: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 14.00, 16.30, 18.00.
- Kościół św. Bartłomieja: 10.00, 11.30.
- Szklane Domy: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 17.00, 19.00, 20.30.
- Arka Pana: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 16.00, 17.30, 19.00.
- Czyżyny: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 18.00.
- Dywizjonu 303: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 13.00, 16.00, 18.00, 19.15.
- Mistrzejowice: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 13.00, 17.00, 19.00.
- Kalinowe: 7.00, 9.00, 11.00, 13.00, 18.00.
- Wzgórza Krzesławickie: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 16.00, 19.00.
- Boh. Września: 6.00, 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 13.30, 16.30, 18.00, 19.30.
- ul. Bulwarowa: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 18.00, 20.00.
- Teatralne: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 18.00, 19.30.
- Krzesławice: sobota 17.00, niedziela 9.30.
- Pleszów: 7.30, 11.30.
- Kantorowice: 9.00, 11.00, 19.00, od X do IV - 18.00.
- Ruszcza: 7.00, 9.00, 11.00, 16.00.
- Górka Kościelnicka: 7.00, 12.00.
- Kościelniki: 10.30, 18.30.
- Wolica: 9.00, 18.00.
- Lubocza: 8.00, 10.30, 17.00.

## OGŁOSZENIA DROBNE

**ANTEN** montaż, naprawa telewizorów u klienta. Tel. (12) 640-00-42, 609-586-881.

**RTV** - telewizory - anteny - serwis profesjonalny od 1985 Tel. 609-719-072.

**TAPICER.** 784-906-675.

## REKLAMA



**OTWARTE W KAŻDĄ NIEDZIELĘ**

**ZAPRASZAMY NA ZAKUPY HURT, DETAL HALA I, HALA II**

**UL. KRZYWDA 1, 30-710 KRAKÓW**

Do wynajęcia lokale handlowe - tel. 602-15-30-88, 12 307-11-20

„Umiera się nie dlatego aby przestać żyć, lecz po to by żyć inaczej” Paulo Coelho

**ZAKŁADY POGRZEBOWE**  
Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.

- ul. Rakowicka 35a, tel. 12/411-47-76, sob. 8.00-14.00
- ul. Reduty 1, tel. 12/411-35-26
- cm. Grębałów, tel. 12/645-31-61
- cm. Podgórze, tel. 12/656-55-11

Wszystkie punkty czynne od pon. do pt. od 7.30 do 15.30

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBÓW**  
**BEZGOTÓWKOWE ROZLICZANIE POGRZEBÓW**

**CORDIA** B. KWIECIŃSKA  
www.cordia.com.pl

os. Na Skarpie 24 os. Urocze 5

**12 644-87-75, 512-179-466**

**KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE**  
**TANIO - CAŁODOBOWO**

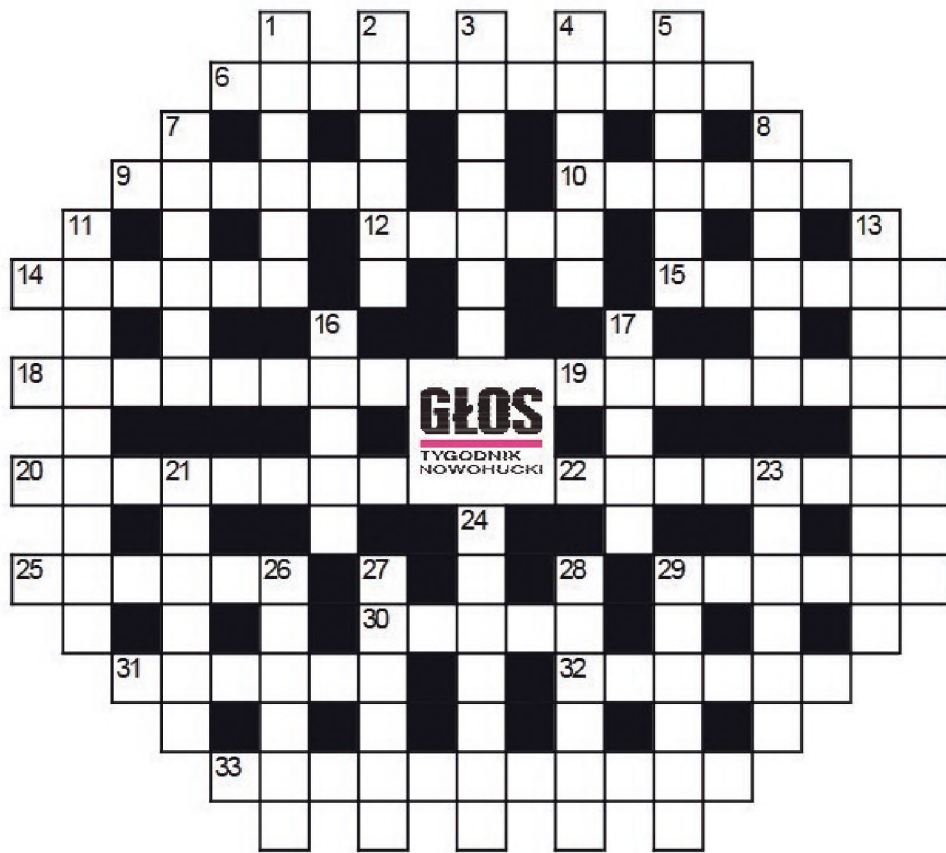
## Nekrologi i kondolencje

przyjmuje Biuro Ogłoszeń „Głosu”

(al. Jana Pawła II 232 - NCK, p. B201)  
tel. 12 643 44 33

**POZIOMO:** 6. żurnalista, 9. miasto Romea i Julii, 10. tubylec z Nowej Gwinei, 12. poznańska wystawa handlowa, 14. przedmiot chwały, dumy, 15. połowa połowy, 18. zapalenie oskrzeli, 19. gęsta fryzura, 20. twierdzenie przyjęte bez dowodu, 22. energia życiowa, żywotność, 25. region z Kalkutą, 29. główny port Korsyki, 30. pełzak z nibynózkami, 31. dokładny do przesyady, 32. żaglowiec wojenny, 33. stan niewrażliwości psychicznej.

**PIONOWO:** 1. strata, uszczerbek, 2. parlamentarna dyskusja, 3. wyraz po przestawieniu głosek, 4. nowy fragment tekstu, 5. przepływa przez Czarnobyl i Pińsk, 7. arabski nomada, 8. zakąska z ikry, 11. zespół cech danej osoby, które ujawniają się w jej zachowaniu, 13. kraina historyczna w Dolnej Saksonii między Łabą a Wezerą, 16. decydująca rozgrywka, 17. tkanka wewnątrz kości, 21. lider Rolling Stones, 23. nieruchoma tafla jeziora lub stawu, 24. do dialogu używa rąk, 26. stolica Angoli, 27. intruz, 28. na maszcie, 29. kraj Flamandów i Walonów.



Rozwiązanie krzyżówki nr 41:

**POZIOMO:** 6. gitarzysta, 9. Conrad, 10. menora, 12. Aztek, 13. serdak, 14. mikser, 18. Bornholm, 19. kanister, 20. stolnica, 22. talizman, 25. rozwód, 29. slalom, 30. misja, 31. struga, 32. świeca, 33. uzdrowisko.  
**PIONOWO:** 1. Gierek, 2. sandał, 3. czarter, 4. ósemka, 5. Maanam, 7. kołdun, 8. krakus, 11. merostwo, 15. elewator, 16. plecy, 17. carat, 21. laweta, 23. zmarły, 24. epsilon, 26. dwusuw, 27. smardz, 28. jaśmin, 29. sfinks.

**ZAMIANA DOŻYWCIA NA RENTĘ**

Przepisałem mieszkanie synowi za dożywocie, a on je sprzedał. Czy w takiej sytuacji dalej mi się należy dożywocie u niego?

Nie gdyż nabywca kupił mieszkanie z obciążeniem w postaci dożywocia i to od nowego nabywcy mieszkania może pan domagać się respektowania prawa dożywocia. To prawo utrzymuje się bowiem an nieruchomości mimo zaminy właściciela i jest zapisane w księgach wieczystych.

Zgodnie z treścią art. 910 par. 1 kodeksu cywilnego „Przeniesienie własności nieruchomości na podstawie umowy o dożywocie następuje z jednoczesnym obciążeniem nieruchomości na podstawie umowy prawem dożywocia. Do takiego obciążenia stosuje się odpowiednio przepisy o prawach rzeczowych ograniczonych”. Przy czym według par. 2 tegoż artykułu „W razie zbycia nieruchomości obciążonej prawem dożywocia nabywca ponosi także osobistą odpowiedzialność za świadczenia objęte tym prawem, chyba że stały się wymagalne w czasie kiedy nieruchomość nie była jego własnością. Osobista odpowiedzialność współwłaścicieli jest solidarna.

W zaistniałej sytuacji zarówno Pani jak inabywca mieszkania macie jednak możliwość zmiany istniejącego dożywocia albo nawet jego rozwiązanie z zamianą na rentę. Wedle art 913 par. 1 kodeksu cywilnego „Jeżeli z jakichkolwiek powodów wytworzą się pomiędzy dożywcem a jego zobowiązanym takie stosunki, że nie można wymagać od stron, żeby pozostawały nadal w bezpośredniej styczności, sąd na żądanie jednej z nich zamieni wszystkie lub niektóre uprawnienia objęte treścią prawa dożywocia na dożywotnią rentę odpowiadającą wartości tych uprawnień”. W oparciu o art. 913 par. 2 k.c. „W wypadkach wyjątkowych sąd może na żądanie zobowiązanego lub dożywcę jeżeli dożywcem jest zbywcą nieruchomości rozwiązać umowę dożywocia”.

Z kolei zgodnie z art. 914 k.c. „Jeżeli zobowiązany z tytułu umowy o dożywocie zbył otrzymaną nieruchomość dożywcem może żądać zamiany prawa dożywocia na dożywotnią rentę odpowiadającą wartości tego prawa”. (P)

**KRAKOWSKI KLUB KOMIKSU I ULICA DEMAKOWA**

Zapraszamy do oglądania 801 odcinka Nowohuckiej Kroniki Filmowej. Pierwszą część wypełni relacja z wernisażu wystawy z okazji 30-lecia Krakowskiego Klubu Komiksu. Na ścianach Klubokawiarni Centrum B7 można zobaczyć ponad 100 prac kilkudziesięciu rysowników, twórców komiksu, którzy przez lata współpracowali z KKK. Zostały one przygotowane specjalnie na jubileusz. Uwagę zwraca wyjątkowa różnorodność plastyczna. O historii krakowskiego klubu opowie „główny winowajca” Jan Korczyński oraz zaangażowani artyści Jan Lorek oraz Jacek Wido, który publikował swoje prace jeszcze w „Świecie Młodych” w latach 80-tych.

W Kronice wspomnimy również o historii ulicy Mościckiego, dawniej Demakowa. Kiedy i dlaczego zmieniono patrona nowohuckiej ulicy? O tym opowie nieoceniony Maciej Mierzian.

Do oglądania 801 odcinka NKF zapraszamy do Kina Sfinks od piątku 18 października oraz w poniedziałek 21 października na antenie TVP Kraków.

**PRZECIWI KOALICJI NIEUDACZNIKÓW**

W minioną sobotę Kongres Prawa i Sprawiedliwości rozpoczął nowy etap ofensywy, której celem jest odebranie władzy koalicji oszustów. Mają temu służyć m.in. decyzje o powołaniu nowego Komitetu Wykonawczego, złożonego z młodych posłów PiS, dobrze przygotowanych zarówno do pracy w komisjach sejmowych i nad ustawami podczas posiedzeń plenarnych, do konfrontacji z politycznymi przeciwnikami, jak i do prezentowania polskiego punktu widzenia w mediach. Odmłodzenie kierownictwa partii jest zmianą konieczną dla pozyskania nowych zwolenników i wyborców. Komitet Wykonawczy zaczyna intensywną pracę jeszcze przed inauguracją kampanii prezydenckiej, która rozpocznie się wraz z ogłoszeniem kandydata PiS już w ciągu najbliższych tygodni.

Podczas kongresu nastąpiło też wcielenie do PiS partii Suwerenna Polska, która niegdyś powstała w rezultacie rozłamu i zdrady. Dziś partia Zbigniewa Ziobry kończy swoją samodzielną działalność i ponownie wstępuje do PiS. Na kongresie zapadła też decyzja o zbieraniu podpisów pod wnioskiem o narodowe referendum w sprawie przyjmowania nielegalnych imigrantów. Zdecydowana większość Polaków nie chce wpuszczania do Polski przybyszów z Afryki i Bliskiego Wschodu, którzy nie zamierzają pracować, a których chcą się pozbyć kraje Zachodniej Europy. To jest problem ważny dla naszego bezpieczeństwa, a fatalne skutki zezwalania na pobyt nielegalnych imigrantów obserwujemy w wielu europejskich miastach.

Na kongresie prezes PiS Jarosław Kaczyński przedstawił ocenę sytuacji po roku rządów Tuska i jego przybocznych. Mówił: „Została zaatakowana nasza demokracja, zostały zaatakowane wszelkie reguły naszej praworządności, została zaatakowana sfera praw. Już nie tylko obywatelskich, ale także praw człowieka. Zostały zaatakowane prawa pracownicze. Zaatakowana została również nasza kultura, oświata, zaatakowany został Kościół. Zaatakowane zostały nasze szanse rozwojowe, w tym finanse publiczne. Zaatakowane zostało także polskie rolnictwo”.

Z kolei Mateusz Morawiecki zapewniał, że PiS nie skapituluje, przeprowadzi skuteczną kampanię prezydencką, a następnie przygotowuje się do wyborów parlamentarnych. Zwycięstwo w tych wyborach uchroni Polskę przed utratą międzynarodowej pozycji, przed przekreśleniem zaplanowanych przez PiS inwestycji, przed powrotem inflacji i zubożeniem obywateli. Dlatego konieczny jest wysiłek wszystkich, którym dobro Polski leży na sercu. Morawiecki użył ostrych słów. „Premier Tusk jest obcym premierem, owładniętym jedną obsesją, jedną paranoją: zniszczyć Prawo i Sprawiedliwość. Niedoczekanie jego! My się nigdy nie damy zniszczyć. I przeciw temu rządowi leni, partaczy, nieudaczników, będziemy proponować konkretne rozwiązania”.

Nie wiadomo na co jeszcze odważy się koalicja Tuska. Przed majowymi wyborami prezydenta będą chcieli osłabić Prawo i Sprawiedliwość. Będą kłamstwa, fałszywe oskarżenia, zastraszanie, puste obietnice. Kandydat Platformy będzie promował się w oszukańczych mediach, cała Polska zostanie zaklejona jego plakatami, ciężkie miliony pójdą na kampanię. Wszystko jedno czy będzie to Tusk czy Trzaskowski, całą szemrana koalicja w drugiej turze pójdzie na niego głosować. Dlatego potrzebna jest wielka mobilizacja wszystkich patriotów, wielki wysiłek, żeby wygrać te wybory bez wielkich i bogatych stacji telewizyjnych, bez wielkich pieniędzy i wbrew poparciu zagranicznej lewicy. Ale jak mówi na kongresie PiS Mateusz Morawiecki: wasze niedoczekanie.

**ZWIJANIE ZIELONEGO ŁADU**

To się dzieje na świecie w zakresie przyrody budzi coraz większe przerażenie. Ostatnio swój raport opublikował World Wildlife Fund (WWF) oraz Zoological Society of London (ZSL). Obliczają one tzw. indeks życia na ziemi (ang. Living Planet Index – LPI). Jak wynika z raportu w ciągu ostatnich 50 lat tj. 1970-2020 zniszczyliśmy nasz ekosystem w 73 procentach, ale są rejon takie jak w Ameryce Łacińskiej, gdzie te zniszczenia sięgają 95 procent. Według raportu w niektórych miejscach świata zbliżamy się do krytycznego śmiertelnościowego punktu zwrotnego, gdzie zmiany będą już nieodwracalne. WWF alarmuje, że masowe wymieranie gatunków i powiązane z nim zanikanie ekosystemów są procesami stopniowymi, ale istnieją pewne krytyczne granice, po których przekroczeniu odzyskanie utraconego bogactwa naturalnego będzie niemożliwe. Raport wskazuje na krytyczny stan 5 obszarów/ekosystemów, który stanowi śmiertelne zagrożenie dla ludzkości. Jest to: Zanikanie lasów deszczowych w Amazonii; Zamieranie rafy koralowej; Topnienie gór lodowych (zachodniej Antarktydy oraz Grenlandii); Zakłócenia prądów morskich Oceanu Atlantyckiego; Odwilż wiecznej zmarzliny.

Niestety te prawdy nie za bardzo docierają do ludzi podejmujących najważniejsze decyzje w strukturach decydujących o przyszłości świata, a jeszcze bardziej w odbiorze zwykłych ludzi. Takim przykładem jest Europa. W ostatnich latach w Unii Europejskiej podjęto śmiałe decyzje zwane krótko „Zielonym Ładem”. Aby powstrzymać negatywne procesy ekologiczne przyjęto dyrektywę ograniczającą emisje dwutlenku węgla do atmosfery. Zaczęto ograniczać energetykę opartą na węglu, kierując się w kierunku OZE. Jednak spotkało się to z krytyką w niektórych państwach europejskich. Między innymi u nas w Polsce. Sam pan prezydent RP mówił o węglu jako dobrym źródle energii, którego mamy dostatek na długie lata. Wiatraki jako źródło energii zostały ograniczone jako szkodliwe dla gospodarstw, ponoć ich „warkot” nawet odbiera mleko krowom?! Wydawało się, że w ten sposób stawiliśmy się zaściankiem Europy, a tu nagle nowo wybrany Parlament Europejski zaczyna podejmować decyzje ograniczające Zielony Ład. „Zieloni”, którzy kiedyś odgrywali inicjującą rolę proekologiczną w UE są w defensywie, a konserwatywni nacjonalisci zaczynają dyktować nowe warunki.

Nawet Partia Ludowa wiodąca w UE ulega wpływom odejścia od Zielonego Ładu. Pod wpływem strajków rolników wycofano się z ugorowania ziemi i ograniczeń w stosowaniu sztucznych nawozów.

Teraz mówi się o wycofaniu się z podjętej decyzji o zakazie produkcji samochodów spalinowych od 2034 roku. Ta data zostanie przesuwnięta ad calendas grecas. Zagrożony przemysł motoryzacyjny niemiecki lobbuje za wycofaniem się z tej dyrektywy. Mało tego mówi się o powiązaniu tej decyzji z inną o zniesieniu ceł na import kawy, kakao z krajów, gdzie wycięto lasy pod ich uprawę. Będzie to powiązane z kontraktami na zbyt spalinowych samochodów do krajów Ameryki Południowej, których to dotyczy.

Wszystko zatem wskazuje na to, że Zielony Ład będzie zwijany przez Unię Europejską. Do czego to będzie prowadziło? No cóż musimy mieć świadomość, że nadal będzie postępować niszczenie światowego ekosystemu. Zwyciężają poglądy, że liczy się dziś, a po nas choćby potop. Przecież jak powiedział prezes niedawno partii rządzącej w Polsce, człowiek ma tak minimalny wpływ na środowisko naturalne, porównując to do wpływu zapalenia zapałki na dużej hali na jej atmosferę! Większej bzdury dawno nie słyszałem, a jeśli pan prezes nie zauważa katastroficznych nękających coraz bardziej ludzkość, będących efektem niszczenia ekosystemu, to chyba jest ślepy i głuchy.

## NA PAŹDZIERNIKOWEGO SZCZUPAKA

Do połowy października, a czasami nawet dłużej, szczupaki przebywają w pobliżu brzegów, na granicy płyczn. Szczególnie intensywnie żerują podczas słonecznych dni. Można powiedzieć, że o ile latem generalnie unikały wody przegrzanej, to jesienią wręcz garną się do ciepła emitowanego przez słońce. W takie ciepłe dni w wodzie pojawiają się młode żabki, przekształcone właśnie z kijanek. To pierwsze zwiastuny jesieni. Żabki pojawiają się pod koniec sierpnia, a jeśli wrzesień i początek października nie wychłodzą zanadto powietrza i wody, to znikną dopiero po pierwszych długotrwałych przymrozkach. A tam, gdzie żabki pojawiają się masowo, pojawiają się również szczupaki. W takie dni warto wypróbować wszelkiego rodzaju przynęty powierzchniowe – od tak zwanych woblerów pałeczkowych, po przynęty zaopatrzone w turbinki, śmigielka czy inne elementy emitujące falę hydroakustyczną. Zwolennicy przynęt gumowych mogą natomiast skorzystać z najłżejszych główek.

Łowienie szczupaków na przynęty powierzchniowe dość szybko może stać się ulubioną techniką polowania na te drapieżniki. Dlaczego? Bo ataki bywają wówczas bardzo widowiskowe. Zdarza się nawet tak, że rozochocony a potężny szczupak chwytą taką przynętę od góry, po wykonanym wyskoku nad wodę. Inną sytuację opisuje Jacek S. Józwiak w swojej książce: „Sztuka łowienia ryb w rzece”: „Kiedy indziej za odkosem w kształcie litery V powodowanym przez ściąganie przynęty pojawia się druga, większa fala wywołana przez drapieżcę podążającego za ofiarą”.

I wracając do wspomnianych wcześniej żabek, znów oddam głos Józwiakowi, który w cytowanej wcześniej książce zamieszcza interesującą uwagę: „Obserwacja żab, które znajdują się w wodzie, wyjaśni, dlaczego specjaliści od przynęt powierzchniowych zalecają częste ich zatrzymywanie, migotanie nimi w miejscu przy pomocy drgań szczytówką. Wszak żaba często zamiera w bezruchu tuż pod powierzchnią, wystawiwszy nad wodę jedynie nozdrza i wylupiałe ślepie. Poprawia niekiedy swoje położenie delikatnymi poruszeniami kończyn. Nawet zupełnie nie przypominający żaby kawałek drewna z kotwicami, po zagranii szczytówką zostawia na wodzie żabi ślad – drobną falkę rozchodzącą się po powierzchni. Falka ta, tak mi się przynajmniej wydaje po kilku latach eksperymentów z przynętami powierzchniowymi, niezwykle silnie oddziałuje na zmysły szczupaka”.

To cenne uwagi, które trzeba zapamiętać jeśli będziemy łowić szczupaki w początkowych tygodniach naszej złotej polskiej jesieni. Bo później, gdy zrobi się już zimniej, szczupaka będziemy szukać gdzie indziej. Ale o tym napiszę już w przyszłym tygodniu.

## LEKI NASENNE ZA KIEROWNICĄ

Czy można prowadzić jakikolwiek pojazd mechaniczny w stanie półsnu-półświadomości? Oczywiście. I zdarza się to bardzo często na polskich ulicach i drogach. Wystarczy, że senior, ale częściej seniorka mając kłopoty z zasypianiem i przesypaniem całej nocy zacznie używać leków ułatwiających zasypianie i głęboki sen przez całą noc.

Ostatnio coraz popularniejsze stają się leki Z zwane zetkami, do których należą zolpidem, zopiklon, zaleplon i eszopiklon. Zaleca się by były one stosowane do krótkotrwałego leczenia bezsenności. Ale coraz powszechniejsza staje się tendencja, by stosować je przez dłuższy czas. Trudności z zasypianiem i bezsenność frustrują wielu seniorów, choć warto wiedzieć, że u mężczyzn, poczynając od wieku średniego aż do ósmego dziesiątka lat życia, czas snu zmniejsza się o 27 minut na każdą dekadę. U kobiet jest podobnie, ale to kobiety częściej niż mężczyźni poszukują leczenia i stosują środki farmakologiczne w celu poprawy jakości snu.

Jednak leki Z mają też niepożądane działania na organizm człowieka. Powodują występowanie m. in. niepamięci wstecznej, halucynacje, drgawki, nudności czy zespół nocnego objadania się. Może dochodzić także do działania euforyzującego tych leków i stąd niektórzy pacjenci przyjmują je dłużej niż zaleca lekarz, a także przyjmują w ciągu dnia. Leki nasenne Z nie mogą być stosowane z innymi lekami, choćby popularnym ibuprofenem.

Ludzie przez dłuższy czas zażywający leki Z niektóre czynności np. kierowanie pojazdami wykonują automatycznie, mimo że są w stanie po częściowym zaledwie wybudzeniu ze snu. Taki stan, trwający od kilkudziesięciu minut do godziny nie ma większego znaczenia, jeżeli jazda odbywa się w porannym korku z prędkością zaledwie kilku kilometrów na godzinę. Jednak warto sobie uświadomić, iż na mniej zatłoczonych jezdniach na obszarze zabudowanym jadąc z dozwoloną prędkością 50 km/godz. pokonuje się ok. 13 metrów na sekundę. Tymczasem bywa, że użytkownicy leków Z jeszcze w czasie ich półtrwania w organizmie i prowadzenia pojazdu pozwalają sobie na chwilowe 3-5 sekundowe zaśnięcia. W tym półśnie przejeżdżają od około 40 do około 70 metrów. Może wtedy dojść do stłuczek kończących się oby tylko wizytą w zakładzie blacharskim i lakierniczym, a nie w szpitalu.

Nie wszyscy lekarze przepisujący leki Z mają świadomość, że nie tylko leczą zaburzenia snu swoich pacjentów, ale także narażają ich na inne niebezpieczeństwa i to nie tylko te na drogach i ulicach. Piszą na ten temat w „Galicyskiej Gazecie Lekarskiej” prof. dr hab. RYSZARD KORBUT i dr hab. JAROSŁAW WOROŃ z Zakładu Farmakologii Klinicznej Katedry Farmakologii Wydziału Lekarskiego UJ CM, Uniwersyteckiego Ośrodka Monitorowania i Badania Niepożądanych Działań Leków Szpitala Uniwersyteckiego w Krakowie. Okazuje się bowiem, że zażywanie leków Z przyczynia się do wzrostu ryzyka popełnienia samobójstwa u pacjentów z zaburzeniami psychicznymi. Także do wzrostu ryzyka wystąpienia udaru mózgu, jak również wzrostu ryzyka wystąpienia ataków padaczkowych, a u pacjentów przyjmujących powyżej 300 mg zolpidemu rocznie rośnie ryzyko onkologiczne niemal wszystkich narządów. Kto w ciągu roku przyjmuje 1600 mg zolpidemu jest szczególnie narażony na wystąpienie u niego choroby Parkinsona. Zachorowania na jaskrę, zaburzenia równowagi i upadki, a także zapalenia trzustki to również efekt nadużywania leków Z. Jak z tego widać nie tylko alkohol i narkotyki mogą być niebezpieczne w ruchu drogowym.

## „SŁOWIANKI” W NCK

W najbliższą niedzielę, 20 października 2024 roku, w Nowohuckim Centrum Kultury, odbędą się wyjątkowe koncerty, które uświetnią 65 lat istnienia Zespołu „Słowianki”. To niepowtarzalna okazja, by przenieść się w świat bogatej polskiej kultury oraz zachwycić się słowiańskimi tańcami i pieśniami. Na scenie zobaczycie nowe odsłony kilku układów, które zabiorą Was w podróż przez różnorodne suity. Pełne emocji i pasji koncert odbędą się godz. 16:00 i o godz. 19:00. Do zobaczenia na scenie NCK! Link do biletów: <https://bilety-na.pl/koncert/Koncert-Zespołu-Piesni-i-Tanca-Slowianki>

**Zespół Pieśni i Tańca  
Uniwersytetu Jagiellońskiego**

**65** 1959-2024

**słowianki**

**KONCERTY  
JUBILEUSZOWE**

**20 października 2024 r.**  
godz. 16:00 oraz 19:00  
Nowohuckie Centrum Kultury

Bilety dostępne w kasach Nowohuckiego Centrum Kultury  
oraz na stronie [bilety-na.pl](https://bilety-na.pl)

nowohuckie  
centrum  
kultury

## REKLAMA

ZAPRASZAMY DO BARÓW MLECZNYCH NA  
SMACZNE I NIEDROGIE POTRAWY

- Bar „Bieńczyce”, os. Kazimierzowskie 22, tel. 12 648 15 10
- Bar „Centralny”, os. Centrum C1, tel. 12 644 14 95
- Bar „Szkolny”, os. Na Skarpie 24, tel. 12 644 34 02
- Bar „Północny”, os. Teatralne 11, tel. 12 644 40 87

Bary zapewniają świeże i tanie dania  
tradycyjnej kuchni polskiej

Kochanej Żonie  
Basi CIARANEK

z okazji 70 urodzin

wszystkiego najlepszego,  
dużo zdrowia, szczęścia,  
oraz samych pogodnych dni na dalsze  
lata życia

składają mąż Leszek, córki Sylwia i Monika,  
wnuczka Julia oraz zięć Marcin

Vident

STOMATOLOGIA  
PROTETYKA

lek. stom.  
Andrzej Zimoch  
tech. dent.  
Marcin Słowiak

PEŁNY ZAKRES USŁUG  
KORONY, MOSTY, PROTEZY,  
EKSPRESOWE NAPRAWY

os. Boh. Września 1  
tel. 12 641 48 08  
12 645 93 33

BIURO  
OGŁOSZEŃ

tel. 12 643-44-33

E-mail:  
[sekretariat@glos-tn.krakow.pl](mailto:sekretariat@glos-tn.krakow.pl)

ZAPRASZAMY

F.H.U. "ELMAR" s.c.  
 **rowery**  
 SPRZEDAŻ • SERWIS • KOMIS  
 CZĘŚCI I AKCESORIA ROWEROWE  
 31-625 Kraków, os. Piastów 60 A, paw. 3, Plac Targowy "PIAST"  
 tel. 12 647 13 88 www.elmar.interial.pl elmar@interial.pl  
 kom. 502 730 087 www.elmar-rowery.pl sklep@elmar-rowery.pl

Kraków

OSRODEK KULTURY NORWIDA

20.10.2024 | 14:00 | wstęp: 19 zł

**Ultima Thule**

sala Mały Metraż

(79 minut)  
 reż. Klaudiusz Chrostowski  
 Dramat, Polska 2023  
 obsada: Jakub Gierszał, Arthur Henri,  
 Weronika Humaj.

DISKUSYJNY KLUB FILMOWY KROPKA

POLSKI INSTYTUT SZTUKI FILMOWEJ

*Sfinks*  
 KINO STUDYJNE

Kino Studyjne Sfinks, os. Górali 5, Kraków  
 12 644 27 65, sfinks@okn.edu.pl  
 www.kinosfinks.okn.edu.pl

OSRODEK KULTURY NORWIDA • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA

## SENTENCJA TYGODNIA:

Kto mówi językiem niezrozumiałym dla nikogo poza nim, nie mówi w ogóle. Mówić, to mówić do kogoś.  
**Hans Georg Gadamer**

## AKTA SPRAWY

## BEZKOMPROMISOWE UCHYLANIE NIEBA

**Przypadek, gdy dojrzała kobieta wybiera sobie dużo młodszego partnera nie bulwersuje, tak jak kiedyś. Czasami związek jest na tyle mocny, że ten nie chce być tylko kochankiem i utrzymankiem, ale obiektem uczuć i podziwu. Problem w tym, aby starania były spójne z możliwościami. Finansowymi przede wszystkim. A tego nie wziął pod uwagę 28-latek Janusz T., chcąc swej 45-letniej przyjaciółce „nieba uchylić”. Niekoniecznie w sposób dopuszczalny prawnie.**

Podobno kobiety lubią, gdy mężczyzna wykazuje się przedsiębiorczością oraz inwencją. Wyobraźnia nie zna podobno granic, nieco inaczej jest z możliwościami finansowymi. Dopieszczony prezentami, fundowanymi wyjazdami młody pracownik jednej z krakowskich firm konsultingowych uznał, że czas się odwdziżyć. Tym bardziej, gdy szczęście jakie spotykało go ze strony wiceszefowej firmy w której był zatrudniony, wymagało rewanzu. Pani wiceprezes pomogła mu dyskretnie w służbowym awansie, ale też starała się, aby był zadowolony nie tylko zawodowo. Najważniejsze, że z czasem mimo iż sama zmieniła pracę na jeszcze lepszą, nie zostawiła go samego, uznając tę znajomość za przyszłościową i ważną. Szczególnie, że była samotną kobietą, która robiąc karierę, nigdy nie miała specjalnie czasu na ułożenie sobie życia. Ponieważ teraz nie było pomiędzy parą jakiegokolwiek zależności służbowej, relacja tylko kwitła. Były wspólne weekendy, krótkie wyjazdy zagraniczne w egzotyczne miejsca. Wreszcie jej ukochany oprócz drobnych prezentów czyli drogich kosmetyków czy odzieży, doczekał się bardzo konkretnej, motoryzacyjnej niespodzianki. Konkretnie youngtimera w postaci sportowego audi. Które jego starsza partnerka kupiła mu i w tajemnicy w firmie tuningowej zrobiła z niego samochodowe cacko.

Zachwytem i wdzięczności nie było końca. Janusz T. czuł się jednak dość nieswojo, będąc tak dowartościowany przez kobietę. I cały czas myślał nad tym, jak może się zrewanżować. Jego możliwości finansowe w przeciwieństwie do Doroty W. były jednak dość ograniczone. Drogie perfumy czy nawet wyjazd w atrakcyjne miejsce czy pobyt w luksusowym hotelu, wydawał się zakochanemu w 45-latec - dość trywialny. A on chciał bardzo podkreślić, co ona dla niego znaczy. Jako partnerka i kobieta. Długo się nad tym wszystkim głowił, aż wreszcie pomysł na prezent spadł mu zupełnie przypadkowo. Pewnego dnia będąc razem w centrum Krakowa, Dorota wyraziła ochotę odwiedzenia dwóch galerii. Jak stwierdziła były w nich prace jej ulubionego artysty. Zdradzając panu Januszowi, iż zawsze marzyła o tym, aby któraś z nich zawiązała w jej apartamencie na Woli Justowskiej. Kochanek i partner słuchając zachwyty nad tymi pracami, stwierdził, że być może zakup jednej z nich będzie najlepszą formą wyrażenia swej wdzięczności i jednocześnie podkreślenia kierujących nim uczuć. Tym bardziej, że za dwa tygodnie jego ukochana miała imieniny. W kilka dni później 28-latek wrócił do odwiedzonej wcześniej galerii dopytując się o grafiki i inne prace artystyczne. Szczególnie o te, które tak bardzo podobały się jego Pani. Odpowiedzi marszandów jednak specjalnie go nie zadowolili, bowiem przekraczały znacznie jego możliwości finansowe. Kwoty 10 czy 14 tys. zł nie były w jego zasięgu.

Wrócił więc do jednej z galerii po kilku dniach, zakładając maseczkę, co obecnie nikogo nie dziwi, oraz wkładając okulary. Licząc, że nikt go nie rozpozna, gdy będzie ściągał dyskretnie ze ściany tylko prowizorycznie oprawioną grafikę. Gdy to się udało, szybko ją zrolował i schował do specjalnej tuby. Nie przewidział jednego, że oryginalna artystyczna wizja warta ponad 10 tys. zł ma „ochronę” w postaci ukrytej kamery. I jego działania wzbudzą szybką reakcję pracownika galerii wzywającego natychmiast ochronę. Zatrzymany na gorącym uczynku 28-latek niewiele miał do powiedzenia. Przedstawiono mu zarzut kradzieży przedmiotu znacznej wartości i objęto dozorem policyjnym. Teraz cała nadzieja w jego mającej partnerce, która doceni jego „poświęcenie” i sfinansuje mu skuteczną opiekę prawną. (mar)

## HOROSKOP

**BARAN (21 III-20 IV).** Pracujesz bardzo intensywnie nawet kosztem zdrowia, ale wyniki działania Cię nie satysfakcjonują. Zastopuj, odrobina dystansu wyjdzie Ci tylko na dobre. Znajdź więc odrobinę czasu na pogawędkę z przyjaciółmi.

**BYK (21 IV-20 V).** Zbliżające się święta skłaniają Cię do przemyślenia swoich planów. Zdajesz sobie sprawę, że tak jak w piosence Niemena „czas płynie jak rzeka...” i szkoda czegokolwiek ważnego przegapić. Przegadasz to w rodzinnym gronie.

**BLIŹNIĘTA (21 V-21 VI).** Nierzadko nie dotrzymujesz danych obietnic i wiele, na ogół

życzliwych osób, ma uzasadnione pretensje. Napraw to koniecznie bo stracisz zaufanie, a odzyskać dobre imię będzie niełatwo.

**RAK (22 VI-22 VII).** Dbasz nieco bardziej o zdrowie. Znajdziesz więc czas na czasochłonne wizyty u lekarza czy też zlecone badania. To dobry objaw, bo dotychczas, zazwyczaj sprawy kondycji, zdrowia bywały u Ciebie na dalszym miejscu ważności.

**LEW (23 VII-22 VIII).** Masz wiele zaległości towarzyskich, więc teraz zapewne zaplanujesz kilka spotkań z przyjaciółmi. Nie odkładaj tego na lepsze czasy, bo przecież znasz taką

sentencję – kochajmy, bo ludzie tak szybko odchodzą...

**PANNA (23 VIII-22 IX).** Udziela Ci się melancholijny, jesienny nastrój. Potrzebujesz wyciszenia, ale i także rozmowy z bliskimi na tematy egzystencjalne. Jesteś też generalnie skłonny do zgody, unikasz zacepek.

**WAGA (23 IX-22 X).** Nie zaniedbuj wyznaczonych terminów badań i wizyt lekarskich. Twoje zdrowie wymaga troski i oczywiście także wartościowej diety. Korzystaj jednocześnie z przyjaznej, jesiennego pogody, odpowiedniej na długie spacery.

**SKORPION (23 X-21 XI).** Masz

bardzo ambitne plany zawodowe. Teraz skoncentrujesz się na pracy, naglających terminach. Koledzy i przyjaciele odczuwają Twoją nieobecność w czasie towarzyskich spotkań. Zapewne później odrobisz zaległości.

**STRZELEC (22 XI-21 XII).** Masz dobrą opinię w środowisku zawodowym i odpowiednio potrafisz ten fakt wykorzystać. Będą się do Ciebie zwracać ze sprawami wymagającymi nie tylko wiedzy ale i umiejętności negocjacji.

**KOZIOROŻEC (22 XII-19 I).** Masz wiele satysfakcji z tego co jest przedmiotem Twoich codziennych starań, troski o rodzinne sprawy. To utwierdza

Cię w przekonaniu, że Twój wysiłek na rzecz rodziny ma sens.

**WODNIK (20 I-18 II).** Zaskakujesz pomysłami. Niemalże w każdym dniu dzieje się coś intrygującego, a podróże stały się niemalże Twoją obsesją. Zwolnij tempa, bo ta ekstrawagancja znacznie Ci przeszkadza w pracy zawodowej.

**RYBY (19 II-20 III).** Ciepłe spotkania z rodziną i przyjaciółmi miały dla Ciebie duże znaczenie. Będziesz starać się nadal podtrzymywać przyjazne kontakty co zostanie zauważone i docenione.

- Samanta

## HUMOR

Wędkarz łowi ryby bez karty wędkarskiej. Obok niego przechodzi policjant i pyta:

- Co pan tu robi?
- Wędkarz na to:
- No, tego, uczyć robaczka pływać.
- To dostaje pan mandat.
- Ale panie władzo za co?
- Za brak kamizelki ratunkowej u robaczka.

Dziadek karcni wnuka:

- Wiesz, gdy byłem uczniem, to z historii miałem same piątki!
- Na to wnuczek:
- No tak, dziadku, ale historia była wtedy o wiele krótsza.

Katecheta do uczniów:

- Kazałem wam zrobić przez weekend dwa dobre uczynki. Jasiu, opowiedz nam o swoich czynach.
- Na to Jasio:
- W sobotę pojechałem do babci i babcia bardzo się ucieszyła. A w niedzielę wyjechałem od babci i babcia jeszcze bardziej się ucieszyła!

## ROLADA Z KAPUSTĄ I BOCZKIEM

Marchew zetrzyj, kapustę poszatkuj, pieczarki i cebulę pokrój w plastry. W garnku rozgrzej olej wrzuć cebulę, a gdy się zeszkli, dodaj pokrojony boczek, marchew i pieczarki. Smaż ok. 2 min. Dodaj kapustę i zalej wodą. Gdy kapusta zmięknie, przestudź i przypraw. Ciasto rozłóż na blasze i wyłóż farsz, a następnie zroluj. Lekko ponacinaj, zwilż rozkłóconym białkiem i posyp sezamem. Piecz w temp. 190 st. C ok. 20-25 min.

**Składniki:** arkusz ciasta francuskiego, 300 g kapusty kiszzonej, 4 plasterki boczku, marchewka, cebula, 4 pieczarki, łyżka oleju, pieprz, sól, szczypta cukru.

