

GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

13 marca 2015 r., nr 11 (1249)

Cena 2,00 zł (w tym 8% VAT)

www.glos-tn.krakow.pl

CENTRUM HANDLOWE-TARGOWISKO

TOMEX
SA

Tvoja przestrzeń 
codziennych zakupów

TANIA ODZIEŻ

OS. ZGODY 7

(OBOK „ŚWIATU DZIECKA”)

ARTUS94
TANIA ODZIEŻ

PIEKARNIA CUKIERNIA
AWITEKS
od 1974

*Tradycja
wypieku
na zakwasie.*



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

Decyduj o kształcie budżetu obywatelskiego ➔ str. 2

Znaczenie lasu w naszym życiu ➔ str. 10

PIT-a ślij z centrum handlowego ➔ str. 12

Nie daj się depresji ➔ str. 14

Uczniowie XI LO na deskach Ludowego Czytaj na str. 4



Jesteś Zarządem Wspólnoty?

Firma Rezultat poprowadzi księgowość twojej Wspólnoty. Korzystne warunki finansowe doradztwo w zarządzaniu budynkiem i miła współpraca.

12 648 43 53 501 324 649
biuro@rezultat.com.pl



40%
do poza miastem
TARYFA 1,60 zł/km

19661 BARBAKA
TAXI NISKICH CEN
800 400 400

W mieście
1,84 zł/km

TAXI 101
Kraków

INTROLIGATOR

Centrum B,
blok 7

www.oprawaksiazek.pl

INTROLIGATOR

F.H.U. „ELMAR”

Plac Targowy „Piast”, paw. 3 (os. Piastów 60 A)

ROWERY:

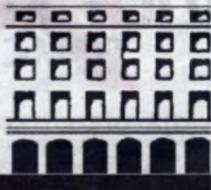
sprzedaż, komis, części i akcesoria rowerowe, serwis

Sygma Raty

Prawdziwe raty **0%**

ZOBACZ, JAK WYGODNE SĄ
SYGMA RATY!





DYŻUR W „GŁOSIE”



Głosy i interwencje Czytelników są inspiracją wielu naszych tekstów. Dlatego zapraszamy na nasze dyżury redakcyjne. W najbliższy poniedziałek (16.03) w godzinach 13.00–14.00 dyżurować będzie red. Agnieszka Łoś.

ZMARLI KRONIKA PAMIĘCI

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

- Bronisław ANTOS, lat 98
- Wanda BIERNACIK, lat 85
- Władysława BRZOSKWINIA, lat 89
- Zygmunt BUDNY, lat 81
- Maria BURKOWICZ, lat 91
- Tadeusz GREŁAK, lat 90
- Stanisława GUMUŁA, lat 71
- Czesława KARAŚ, lat 65
- Julian KWIECIEŃ, lat 82
- Józef LYCZAK, lat 85
- Antoni MAJKA, lat 76
- Ireneusz MONIOWSKI, lat 59
- Tomasz MUSZYŃSKI, lat 42
- Krystyna NOWAK, lat 75
- Jan OBERSKI, lat 82
- Genowefa OŚCIAK, lat 86
- Stanisława SOLARZ, lat 88
- Krzysztof STEFANI, lat 62
- Andrzej TOKARSKI, lat 87
- Wiktoria UCHO, lat 91
- Anna WAWRZEŃ, lat 75
- Jacek WOJTAS, lat 60
- Józefa WYJAŚNIAŁ, lat 72
- Janusz ZAJDEK, lat 64

Ogłoszenia zakładów pogrzebowych i nekrologi drukujemy na str. 12.

Decyduj, na co wydać pieniądze

BUDŻET OBYWATELSKI

Ruszyła druga edycja budżetu obywatelskiego. W tym roku szybciej niż poprzednim razem oraz z drobnymi zmianami w regulaminie. Czasu do składania wniosków pozostało niewiele, zatem nowohucianie – do dzieła!

10 mln zł – tyle wyniesie tegoroczny budżet obywatelski Krakowa. Ta kwota zostanie przeznaczona na realizację zadań ogólnomiejskich. Rada Dzielnicy XVIII Nowa Huta przeznaczyła na zadania budżetu obywatelskiego o charakterze lokalnym w roku 2015 i 2016 kwotę po 100 tys. zł na każdy rok.

Pieniądze z budżetu obywatelskiego można przeznaczyć zarówno na inwestycje, jak i na projekty „miękkie”, np. dofinansowanie wydarzeń kulturalnych, edukacyjnych i artystycznych. Ważną zmianą jest to, że nie można wydać całej puli na jeden projekt. W przypadku budżetu ogólnomiejskiego jest to maksymalnie 80% całej sumy. Natomiast w Dzielnicy XVIII minimalną kwotą, na jaką można składać projekt, jest 2500 zł, a maksymalną 80 000 zł.

Radni osiemnastki będą pełnić dyżury konsultacyjne 12 i 19 marca w godz. 18.00–20.00 w siedzibie Rady Dzielnicy na osiedlu Centrum B bl. 6. Będzie ich także można spotkać 16 marca o godz. 17.00 podczas ogólnomiejskich warsztatów budżetowych w Łażni Nowej os. Szkolne. W siedzibie Rady Dzielnicy można również pobrać wydrukowany formularz wniosku do budżetu obywatelskiego oraz zapoznać się z mapkami gruntowymi.

Wnioski można składać do 31 marca. Następnie zadania zostaną poddane ocenie formalnoprawnej. Każdy projekt musi uzyskać pozytywną opinię jednostki realizującej. W tym roku wprowadzono procedurę odwoławczą. W przypadku gdy projekt zostanie odrzucony, istnieje możliwość odwołania się od decyzji i jeśli takie zadanie spełnia wymogi formalne, trafia pod głosowanie, mimo że dana jednostka z różnych względów nie chce go realizować.

Formularz dotyczący zadań o charakterze lokalnym można złożyć w siedzibie Rady Dzielnicy na osiedlu Centrum B bl. 6 lub za pośrednictwem poczty elektronicznej (skan dokumentów) na adres rada@dzielnica18.krakow.pl.

5 czerwca zostanie ogłoszony wykaz punktów do głosowania. Do 12 czerwca zostaną ogłoszone listy projektów, które będą poddane głosowaniu.

Od 20 do 28 czerwca mieszkańcy będą mogli wybierać najlepsze spośród zgłoszonych zadań (w tym roku głosujemy na 3 wybrane projekty!). Te, które zyskają największe poparcie, zostaną ostatecznie realizowane ze środków budżetu obywatelskiego. Do końca lipca zostaną ogłoszone zwycięskie projekty przeznaczone do realizacji.

Rada Dzielnicy XVIII Nowa Huta

MACIEJ MIEZIAN NOWOHUCIANINEM ROKU

W tym roku Kapituła Głosu–Tygodnika Nowohuckiego postanowiła przyznać tytuł Nowohucianina Roku za rok 2014 Maciejowi Mieziowskiemu. Laureat tytułu – historyk sztuki i pracownik nowohuckiego oddziału Muzeum Historycznego Miasta Krakowa – jest znanym miłośnikiem i ambasadorem Nowej Huty. Wręczenie tytułu i specjalnego medalu odbędzie się w najbliższą sobotę, 14 marca o godz. 12.00 w Oddziale Dzieje Nowej Huty MHMK na os. Słonecznym 16, gdzie akurat czynna jest wystawa poświęcona przeszłości wsi Bieńczyce, której kuratorem jest Maciej Mieziowski. (f)

Naszej Koleżance

Krystynie Lenczowskiej

składamy wyrazy głębokiego, szczerego współczucia

z powodu śmierci

TATY

Koleżanki i Koledzy z „Głosu–Tygodnika Nowohuckiego”

USŁYSZEĆ NADZIEJĘ

Życie nie tylko po to jest by brać..., ale by żyć siebie samego trzeba dać – śpiewał Stanisław Soyka w jednym ze swoich najbardziej znanych utworów *Tolerancja*. O radości jaką daje dawanie siebie innym doskonale wiedzą wszyscy włączający się w *Pola Nadziei* – ogólnopolską akcję niesienia pomocy podopiecznym hospicjów.

Już od 18 lat kampania ta przygotowywana jest przez Hospicjum im. św. Łazarza w Krakowie. Jak co roku, tak również i w tym, w akcję włączają się organizatorzy cyklu *Nowa Huta. Dlaczego Nie?!* w wiosennym koncercie *Stanisław Soyka dla Pól Nadziei*.

28 marca o godz. 19.00 w kościele pw. M. B. Królowej Polski – Arka Pana (ul. Obrońców Krzyża 1, Kraków) dla wszystkich zgromadzonych zagra i zaśpiewa Stanisław Soyka. Towarzyszyć mu będzie saksofonista Aleksander Korycki. Tegoroczny koncert to także wspomnienie o św. Janie Pawle II w związku ze zbliżającą się 10. rocznicą Jego śmierci, dlatego podczas koncertu usłyszymy między innymi fragmenty *Tryptyku Rzymskiego*, a także pieśni wielkopostne. Koncert po-

prowadzi dyrektor artystyczny cyklu – Lidia Jazgar. Wydarzeniu towarzyszyć będzie kwesta na rzecz Hospicjum im. św. Łazarza w Krakowie.

Na koncert zapraszają: Porozumienie Dzielnicy Nowohuckich – Dzielnicę: XIV Czyżyny, XV Mistrzejowice, XVII Wzgórza Krzesławickie, Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta, Stowarzyszenie Przyjaciół Nowej Huty oraz Hospicjum im. św. Łazarza.

Wstęp odbywać się będzie za bezpłatnymi zaproszeniami, które można odbierać od 16 marca w: Ośrodku Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Zgody 1), Biurze Poselskim Posła Ireneusza Rasia (os. Złotej Jesieni 6/34), Punkcie Informacji Miejskiej (ul. św. Jana 2). Ilość zaproszeń jest ograniczona! (f)

KRK

Porozumienie Dzielnicy Nowohuckich
Dzielnicę: XIV Czyżyny, XV Mistrzejowice,
XVII Wzgórza Krzesławickie
Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta
Stowarzyszenie Przyjaciół Nowej Huty
Hospicjum im. św. Łazarza w Krakowie

STANISŁAW
SOYKA
DLA PÓL NADZIEI
w 10. rocznicę śmierci św. Jana Pawła II

Pieśni Wielkopostne
Tryptyk Rzymski – fragmenty
Prowadzenie: Lidia Jazgar

28 MARCA
GODZ. 19.00

kościół pw. M. B. Królowej Polski – Arka Pana
ul. Obrońców Krzyża 1, Kraków

Wydarzeniu towarzyszyć będzie KWESTA NA RZECZ
HOSPICIUM ŚW. ŁAZARZA W KRAKOWIE

Odbiór bezpłatnych zaproszeń: Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Zgody 1),
Biuro Poselskie Posła Ireneusza Rasia (os. Złotej Jesieni 6/34), Punkt Informacji Miejskiej (ul. św. Jana 2)

WWW.NHDN.PL



KARAWAN GRUPA
FIRM POGRZEBOWYCH
TRADYCJE OD 1981 ROKU

Rozliczenia
bezzgotówkowe

ul. Bieżanowska 24 Tel. 12 658 21 11

całą dobę

ul. Rakowicka 33a Tel. 12 412 89 83
całą dobę Tel. 12 4 111 111

ul. Dolnych Młynów 3 Tel. 12 632 11 22
8.00 - 15.00

ul. Sieroszewskiego 5b Tel. 12 686 61 20

całą dobę

os. Na Skarpie 20 Tel. 12 686 43 40
8.00 - 15.00

ul. Wrocławska 8 Tel. 12 631 77 95
8.00 - 16.00

Cm. Grębałów Tel. 12 645 14 35

8.00 - 15.30

Cm. Batowice Tel. 12 413 63 46
8.00 - 15.30

www.karawan.pl

DYŻUR CAŁODOBOWY
również w Niedziele i Święta

tel. 12 4 111 111

tel. 12 658 21 11

ul. Sieroszewskiego 5b
Nowa Huta

DZIEŃ KOBIET W ŁUCZANOWICACH



Międzynarodowy Dzień Kobiet to święto obchodzone od wielu lat. To w ten dzień mężczyźni starają się szczególnie przypodobać kobietom.

Męska część Stowarzyszenia Przyjaciół Łuczanowic od kilku lat organizowała takie spotkania dla swoich członków, a także dla żon członków Stowarzyszenia. W tym roku postanowili zorganizować imprezę wspólnie ze Stowarzyszeniem Przyjaciół Wadowa. – To pierwsza taka impreza dla naszych pań – mówi prezes z Wadowa Janusz Gruchała. – My mieliśmy doświadczenie i połączyliśmy siły oraz środki, aby naszym paniom zapewnić wieczór pełny radości, uśmiechu i oderwania od codziennych trosk – dodaje prezes z Łuczanowic Mieczysław Rutka. Panie za-

bawiał zespół Krakowskie Andrusy z niezwykle uprzejmym i czarującym Aleksandrem „Makino” Kobylińskim. W przerwach były minikonkursy, podśpiewywanie i sentencje z literatury oraz przysłowia o kobietach i babach... Oczywiście obsługą kelnerską zajęła się część męska: Mieczysław Rutka, Janusz Gruchała, Maciek Karolczyk, Grzegorz Gawlik, Zenon Broś i Janusz Sikora, a całość imprezy prowadził Krzysztof Karolczyk. Przy wyjściu każda z pań otrzymywała kwiaty, a że odwdzięczały się uśmiechem – więc były zadowolone ze spotkania. Drogie Panie, jeszcze raz wszystkiego najlepszego na cały rok!!!

(mp)

Fot. Maciek Karolczyk

DZIEŃ KOBIET W „DUKACIE”

Towarzystwo Przyjaciół Grębałowa wspólnie z Ośrodkiem Kultury Kraków-Nowa Huta zaprosiły mieszkanki Grębałowa oraz zaprzyjaźnionych osiedli Luboży i Kantorowic do klubu „Dukat” w minioną niedzielę na Dzień Kobiet. Imprezę rozpoczęła Anna Grabowska, kierowniczka klubu „Dukat”, zapowiadając liczne niespodzianki. Wszystko rozpoczęło się od przewrotnego wiersza o roli pań w naszym życiu w wykonaniu honorowego prezesa TPG Franciszka Nowaka. Następnie Grupa Poetica wystawiła bajkę współczesną o Czerwonym Kapturku według scenariusza i w reżyserii Anny Grabskiej, gdzie Narratorem była Zofia Nowak, Czerwonym Kapturkiem Alicja Mścichowska, babcią Anna Ptak, wilkiem Kazimierz Niemierka. Sztuka osadzona we współczesnych realiach opowiadała o babci, która za pośrednictwem Czerwonego Kapturka robi zakupy w jednej z gale-

Pietrzyka. Obaj panowie złożyli życzenia wszystkim paniom w imieniu własnym i gremiów, które reprezentują. Później wszyscy panowie zebrani na święcie udali się do kuchni, by podać paniom pyszne słodkości i napoje.

Miłym akcentem uroczystości było przekazanie książek z okolicznościowymi dedykacjami przez Franciszka Nowaka i Andrzeja Dziedzica ostatniemu urodzonemu grębałowianinowi w minionym tysiącleciu Piotrusiowi Malcowi oraz pierwszej grębałowiance urodzonej w XXI wieku Izabelli Głowacz, która osobiście odebrała wyróżnienie. Ta uczennica pierwszej klasy Gimnazjum nr 74 była bardzo dumna z wyróżnienia.

Imprezę uświetnił występ światowych gwiazd piosenki: Violetty Villas, w którą wcieliła się Grażyna Piotrowska, Marilyn Monroe, którą była Halina Ptak, oraz znakomitego duetu Magdaleny



rii handlowych, a wilk próbuje wydłubić z karty płatniczej pieniądze, na szczęście bezskutecznie.

Następnie przewodniczący TPG, a zarazem wiceprzewodniczący Rady Dzielnicy XVII Andrzej Dziedzic powitał wszystkie panie i zaproszonych gości, a wśród nich wiceprzewodniczącego Rady Miasta Krakowa Sławomira

Rutkowskiej-Oliwy i Kazimierza Niemierki, którzy brawurowo wykonali znane piosenki „Felicità” oraz „Mydelko Fa”. Słowa uznania należą się panom, którzy ufundowali wszystkim paniom kwiaty i obsługiwali je podczas imprezy, oraz Annie Grabskiej, która przygotowała ją od strony artystycznej.

(mp)

Fot. autor

KRADŁ PALIWO I SPRZEDAŁ TAKSÓWKARZOM

Namierzono go. Kradł mało, nie za często. Zakapturzony. Pewno nie spodziewał się, że zostanie zatrzymany przez policję. Od listopada ubiegłego roku do lutego tego roku VIII KP otrzymał sześć pisemnych zawiadomień z jednej ze stacji Statoil w Nowej Hucie o kradzieży paliwa. Złodziej za każdym razem nalewał paliwo do karnistra i uciekał. Straty w każdym z tych przypadków wyceniano od kilkudziesięciu złotych do ponad stu. Policjanci zabezpieczyli nagrania monitoringowe z każdej zgłoszonej kradzieży. Okazało się, że kradł paliwo ten sam młody mężczyzna. Jego też wizerunek poznali wszyscy pracujący w tym komisariacie po-

licjanci. W ten sposób udało się wytypować złodzieja. 6 marca, rano, zatrzymano go w miejscu jego zamieszkania. Tego samego dnia przedstawiono mu zarzut kradzieży paliwa na kwotę 468 zł

Zatrzymany był już wcześniej notowany przez policję. Przyznał się do winy i dobrowolnie poddał karze. Przesłuchującym go policjantom powiedział, że kradł, dlatego że „nie miał z czego się utrzymać, a skradzione paliwo sprzedawał taksówkarzom na postoju. Ma 20 lat. Mieszka w Nowej Hucie. Ma podstawowe wykształcenie. Nie ma zawodu. Nie pracuje.

(jdz)

KRK

Honorowy patronat
Stanisław Kardynał Dziwisz
Arcebiskup Metropolita Krakowski

KONCERTY MISTRZEJOWICKIE PIEŚNI ZE ŚPIEWNIKÓW BAROKOWYCH

15 III 2015
godz. 18.00



Wykonawcy
Zespół Muzyki Dawnej
CAMERATA CRACOVIA
Marta Trybulec – sopran
Adrianna Bujak – sopran
Justyna Krusz – viola da gamba
Ireneusz Trybulec – lutnia

W programie
m.in. pieśni staropolskie odnalezione
w rosyjskich rękopiśmiennych zbiorach
kantów z końca XVII wieku.

Miejsce koncertu
Kościół pw. św.
Maksymiliana M. Kolbego
os. Tysiąclecia 86, Kraków
(dolny kościół)
wstęp wolny

GŁOS
TYGODNIK
NOWOHUCKI

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, ŁAMANIE: „Graf-Press”.
DRUK: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział Poligrafia,
Drukarnia Sosnowiec, ul. Baczyńskiego 25A
Nr indeksu: 358835. ISSN: 1231-8582.
Redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść
zamieszczanych ogłoszeń.

W tym tygodniu postanowilem odejść od tematyki politycznej i pochylić się na tym, co niesie nam zwykle, codzienne życie. Będzie bardziej optymistycznie.

Tydzień

Idzie wiosna

W poniedziałek pospacerowałem trochę krakowskimi plantami i na wielu rosnących tam krzewach zobaczyłem nabrzmiałe pąki, a nawet młode, niewielkie zielone listki. Nie da się ukryć – idzie wiosna. Po zimowym śnie życie przyrody budzi się na nowo. Jeśli tylko nie będzie jakiegoś załamania pogody, tegoroczne święta wielkanocne, choć stosunkowo wczesne, mogą być wyjątkowo piękne.

W ten wczesnowiosenny czas warto wybrać się na któryś z nowohuckich koncertów muzycznych. W najbliższą niedzielę, 15 marca do dolnego kościoła św. Maksymiliana na koncert pt. „Pieśni ze śpiewników barokowych” (wystąpi Zespół Muzyki Dawnej Camera Cracovia), a w sobotę 29 marca do Arki Pana na pieśni wielkopostne w wykonaniu Krzysztofa Soyki – w 10. rocznicę śmierci Jana Pawła II. Na pierwszy koncert wstęp jest wolny, a na koncert Soyki w Ośrodku Kultury Kraków-Nowa Huta na os. Zgody 1 można otrzymać bezpłatne zaproszenia.

Jan L. FRANCZYK

budma

MATERIAŁY • SYSTEMY • TECHNOLOGIE
Międzynarodowe Targi Budownictwa i Architektury

10-13 MARCA 2015

POZNAŃ

W Poznaniu trwają targi BUDMA 2015

W dniach 10-13 marca na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich odbywa się największe w Europie Środkowo-Wschodniej spotkanie przedstawicieli branży budowlanej. Międzynarodowym Targom Budownictwa i Architektury BUDMA 2015 towarzyszą Targi Maszyn, Narzędzi i Komponentów do Produkcji Okien, Drzwi, Bram i Fasad WinDoor-Tech, Targi Branży Szklarskiej GLASS oraz Targi CBS - Budownictwo Sportowe i Rekreacyjne.

Tegoroczna edycja bloku targowego to imponująca wystawa najnowszych rozwiązań. Setki nowości produktowych i rozwiązań technologicznych prezentowanych przez blisko 1000 wystawców z kilkudziesięciu krajów świata, w tym wiele rynkowych premier, innowacyjny park maszynowy produkujący okna w czasie rzeczywistym, najnowsze trendy, przestrzenie specjalne, a do tego cztery dni pokazów, wykładów i prezentacji. Tak w telegraficznym skrócie prezentuje się blok targów BUDMA. Zwiedzający mogą zapoznać

się m.in. z 28 produktami nagrodzonymi Złotym Medalem MTP, prestiżowym wyróżnieniem, które stanowi przede wszystkim potwierdzenie innowacyjności i wysokiej jakości produktu. Z kolei w ramach Klubu Premier BUDMA prezentowane są absolutne nowości rynkowe, produkty, które po raz pierwszy zobaczyć można właśnie w trakcie targów BUDMA.

Targi zostały objęte Patronatem Honorowym przez Ministra Infrastruktury i Rozwoju oraz Ministra Gospodarki. Partnerem Merytorycznym bloku targów jest Związek Polskie Okna i Drzwi.

W 2014 roku Targi BUDMA odwiedziło prawie 50 000 profesjonalistów z 45 krajów.

W tym roku w Poznaniu wystawia się ok. 1000 firm z kilkudziesięciu krajów, w tym ArcelorMittal, który prezentuje zastosowania stali w budownictwie. Relacja z BUDMY za tydzień.

Obroń się sama

Jak zachować się w przypadku niebezpieczeństwa? Czy słaba kobieta może obronić się przed napastnikiem? Wprawdzie instruktorzy samoobrony podkreślają, że najlepszą formą samoobrony jest ucieczka i unikanie walki, lecz nie zawsze jest to możliwe. Ale nawet stając twarzą w twarz z napastnikiem, kobieta wcale nie jest bez szans.

Sposoby reakcji na niespodziewany atak ćwiczyły panie zatrudnione w ArcelorMittal Poland. Na specjalnych warsztatach, zorganizowanych z okazji Dnia Kobiet poznały kilka podstawowych technik samoobrony.

Dowiedziały się czego unikać, jak stawić czoła napastnikowi i przed nim się obronić. Nic to, że „słaba pleć” – w sytuacji nagłego zagrożenia liczy się nie tylko siła, ale także instynkt, refleks i pomysłowość, która zaskoczy przeciwnika.

Choć niemal żadna z uczestniczek nie przeżyła niebezpiecznej sytuacji, to zainteresowanie warsztatami było bardzo duże.

Panie wytrwale ćwiczyły uderzenia, wykopy, chwyt i uwalnianie się z nich.

Teraz muszą powtarzać i utrwalać zdobyte informacje i techniki obronne by w stresującej sytuacji zareagować prawidłowo – mówił prowadzący zajęcia Maciej Borzęcki, instruktor samoobrony.



Panie w uderzeniu...

Dał też paniom kilka rad.

Kiedy wychodzisz po zmroku, miej zawsze naładowany telefon. Wchodząc w ciemne odosobnione miejsce zadzwoni

i powiadom o tym kogoś bliskiego. Włącz telefon. Nie słuchaj głośno muzyki. Jeśli widzisz i słyszysz, co dzieje się wokół, możesz w porę zareagować na ewentualne niebezpieczeństwo.

W przypadku napaści nie staraj się za wszelką cenę utrzymać torebki czy portfela. Jeśli to tylko możliwe uciekaj w bezpieczne, najlepiej jak najbardziej zaludnione miejsce. A jeśli już dojdzie do konfrontacji chroń głowę: zasłoń ją rękami, najlepiej trzymając tzw. gardę. Nie opuszczaj rąk nawet gdy wydaje ci się, że przeciwnik już został pokonany. Staraj się stać pewnie i mocno, tak aby utrzymać równowagę i stabilność oraz by uniknąć przewrócenia w wyniku odpięcia działania osoby atakującej.

Stosuj najprostsze techniki samoobrony, staraj się reagować szybko i instynktownie. Jeśli już musisz uderzyć napastnika, celuj w miejsca, które są najbardziej wrażliwe i najłatwiej zadać w nie ból: oczy, nos, szyja, uszy, pachwiny, kolana lub piszczęła. Nigdy nie podchodź do napastnika bliżej niż to konieczne, na przykład po to, żeby dosięgnąć nosa atakującego, kiedy możemy swobodnie kopnąć go w kolano.

I na wszelki wypadek wrzuc do torebki gaz pieprzowy.



...i zwraciu

7 lutego br. w hali sportowej w Bochni rozegrany został XVIII Halowy Turniej Piłki Nożnej o Puchar Zarządu Stalproduktu SA. Wzięło w nim udział 6 zespołów: reprezentacja ArcelorMittal Poland, głównego dostawcy wsadu do bocheńskiej spółki, Bank Pekao SA, dwa zespoły gospodarzy - Stalprodukt SA i Stalprodukt Oldboys oraz kolejne dwie drużyny z grupy kapitałowej Stalproduktu, czyli Zakłady Górnico-Hutnicze „Bolesław” z Bukowna oraz Huta Cynku Miasteczko Śląskie.

TKKF ArcelorMittal na podium



Zacięta rywalizacja w stojącym na bardzo wysokim poziomie sportowym turnieju, rozgrywanym w systemie każdy z każdym, toczyła się ponad 6 godzin.

Zwycięzcą turnieju została reprezentacja ZGH „Bolesław”, która wygrała cztery spotkania, jedno zremisowała. Drugie miejsce przypadło zespołowi Stalproduktu.

Trzecie – zajęli piłkarze TKKF ArcelorMittal, którzy po efektywnym, wygranym meczu z Pekao SA 5:0 i HCM 5:3 zremisowali z zespołami Stalprodukt 2:2 i Stalprodukt Oldboys 1:1, doznając porażki z ZGH „Bolesław” 1:4.

Na zakończenie turnieju organizato-

rzy uhonorowali wyróżniających się zawodników rozgrywek. Był wśród nich reprezentant ArcelorMittal Poland Andrzej Musiał – uznany najlepszym zawodnikiem turnieju.

Wszystkie drużyny otrzymały puchary, a wyróżnieni zawodnicy – pamiątkowe statuetki, które wręczył główny organizator turnieju Antoni Noszkowski wraz z dyrektorami wydziałów: Tadeuszem Basiągą i Bogdanem Kłeskiem.

Reprezentacja TKKF ArcelorMittal wystąpiła w składzie: Marek Kisiel, Mariusz Stanula, Grzegorz Napora, Damian Korfel, Tomasz Biernacki, Kamil Stawiarski, Andrzej Musiał i Patryk Oraczewski.

Światowy Dzień Nerek 12.03.2015

V MAŁOPOLSKI DZIEŃ NEREK DBAJ O NERKI

OD 12.03.2015
2500 BEZPŁATNYCH badań poziomu kreatyniny we krwi
(wraz z wyliczeniem wskaźnika GFR)
dla osób pełnoletnich w punktach pobran Partnerów i Realizatorów akcji

TU WYKONASZ BADANIA:

PUNKTY POBRANIA DIAGNOSTYKA W KRAKOWIE ul. Zychowicza 16, tel. (12) 29 50 100 ul. Cieszyńska 5, tel. (12) 29 50 144 ul. Poleska 4, tel. (12) 430 41 04 ul. Komarowa 12, tel. (12) 426 50 28 ul. Szczerbińskiego 3, tel. (12) 421 79 99 ul. Różańska 21, tel. (12) 642 06 80 ul. Buczarska 17, tel. (12) 634 20 12 ul. Wolka 1, tel. (12) 658 40 79 ul. Miłkowska 23, tel. (12) 266 04 31 ul. Kijowska 12 (wejście od ul. Leś), tel. (12) 430 63 18 ul. Jagiellońska 8, tel. 15 (centrum DEKADA)	POZOSTALE PUNKTY POBRANIA DIAGNOSTYKA W WOJEWÓDZTWIE PYSZCENICE ul. Jagiellońska 11, tel. (12) 271 65 78, ul. Dąbrowskiego 5, tel. (12) 274 00 23 GORZUCE ul. Sienkiewicza 36, tel. (18) 222 000 1 MEZANA DOLNA, ul. Kolbego 39, tel. (18) 331 05 00	SZPITAL WOJEWÓDZKI IM. ŚWI. ŁUKASZA W TARNOBIE ul. Ławowa 171A Badania bezpłatnie wykonawc: od 9 - 13 marca w godzinach od 8.00 - 12.05. Rejestracja dla badań pod nadzorem (14) 631 52 82 w godz. od 12 - 13.30 od dnia 2 - 12 marca 2015r.
CENTRUM MEDYCZNE UJASTEK Sp. z o.o. Kraków, ul. Ujastek 3, tel. (12) 69 23 930	MAŁOPOLSKI OŚRODEK MEDYCZYNY PRACY Kraków, ul. Zygmuntowa Augusta 1, tel. 664 852 210	SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM. KRZYSZTOFA ŚWIĘTEGO W NOWYM SĄCZU Pacjenci mogą się zapisać pod nr tel. (14) 442 58 66 od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 - 14.00 Badanie bezpłatnie się w dniu 12 marca 2015 r. ul. Młyńska 10, Nowy Sącz

Organizator: Partnerzy: Patron honorowy: Realizatorzy:

Matopolska

Konsultant wojewódzki w dziedzinie nefrologii Prof. dr hab. n. med. Marek Kubiś

OŚRODKI KULTURY PROPONUJĄ

OŚRODEK KULTURY IM. C. K. NORWIDA, OS. GÓRALI 5

- 13 III, godz. 9.30 – Mała ARTzona: Do-Re-MAMY. Spotkania muzyczne dla kobiet z małymi dziećmi. Wstęp: 10 zł. ARTzona, os. Górali 4.
- 13 III, godz. 16 – Otwarte spotkania brydżystów i szachistów. Wstęp wolny.
- 13 III, godz. 18 – Wernisaż wystawy malarstwa **Michała Bratko**: „Stupor – Obiekty”. Wstęp wolny. ARTzona, os. Górali 4.
- 14 III, godz. 18 – Ofensywa sztuki: poezja, teatr, taniec, malarstwo, wizualizacje, muzyka improwizowana. Wstęp wolny. ARTzona.
- 16 III, godz. 18 – Scena Ars Te. Warsztaty teatralne dla młodzieży i dorosłych. Wstęp wolny.
- 17 III, godz. 17 – Mała ARTzona. Butterfly Wing (dla dzieci w wieku 7–12 lat). Warsztaty plastyczne z elementami języka angielskiego oraz historii sztuki. Koszt 5zł/os. za zajęcia.
- 17 III, godz. 17 – Warsztaty rękodzieła: koszyczki, pisanki i inne ozdoby wielkanocne. Koszt: 15 zł.
- 17 III, godz. 19 – NHmeetup! Nowa Huta language and CS meetings – otwarte spotkania językowe, podczas których poznajemy naszych sąsiadów i rozmawiamy w obcym języku. C-2 Południe Cafe, os. Górali 5.
- 18 III, godz. 10 – Komputerowy Klub Seniora. Koszt pojedynczych zajęć 15 zł.
- 18 III, godz. 12 – Warsztaty rysunku i malarstwa dla seniorów. Wstęp 5 zł. ARTzona.
- 18 III, godz. 17 – Mała ARTzona. Kreatywny recykling. Zajęcia artystyczno-ekologiczne dla dzieci w wieku 6–12 lat, realizowane przy wsparciu ArcelorMittal Poland. Wstęp wolny.
- 19 III, godz. 9 – Mała ARTzona: „Dziecko Harmonii”. Zajęcia rozwojowo-muzyczne dla dzieci od 3 miesięcy do 3,5 roku (z opiekunem) prowadzone wg metody pedagogicznej „Sonatal”.
- 19 III, godz. 14 – Warsztaty rysunku i malarstwa dla młodzieży i dorosłych. Wstęp 5 zł.
- 19 III, godz. 16.30 – PAPIERlove. Warsztaty dla dzieci w wieku od 7 lat, które mimo dorastania w coraz bardziej cyfrowym świecie uwielbiają tworzyć papierowe ozdoby i nie tylko. Wstęp 5 zł.
- 19 III, godz. 17.30 – Mała ARTzona: Bajkowisko. Cykl spotkań adresowany dla dzieci w wieku od 4 do 8 lat. Oryginalny rzutnik Ania, bajki z kliszy, a do tego ilustracyjna muzyka na żywo, grana za każdym razem przez innego muzycznego gościa. Wstęp wolny.

KLUB KUŹNIA OKN, OS. ŻŁOTEGO WIEKU 14

- 14 III, godz. 14–16 – Szafing w Kuźni. W programie: wymiana ubrań, przekazanie książek, kiermasz książek od złotówki i inne. Wstęp wolny.
- 16 III, godz. 10 – Warsztaty rysunku i malarstwa dla seniorów. Wstęp 40 zł za miesiąc.
- 16 III, godz. 14 – Joga dla dorosłych. Prowadzi **Kamila Berny**. Koszt: 20 zł/karnet 60 zł.
- 17 III, godz. 10.15 – Z muzyką przez wieki: Na dworze Jagiellonów. Koncerty dla dzieci organizowane we współpracy z Filharmonią Krakowską.
- 17 III, godz. 12.30 – Deformator – warsztaty teatralne dla osób po 15 r.ż. Wstęp wolny.
- 18 III, godz. 10 – Otwarte spotkania dla mam w Mamiarni – miejscu przyjaznym rodzicom.
- 19 III, godz. 10 – Kurs komputerowo-internetowy dla początkujących. Pierwsze zajęcia 19 marca br. Koszt: 120 zł (16 godzin zajęć). Zapisy: tel. 12 648 08 86, e-mail: j.kornas@kuznia.edu.pl.
- 19 III, godz. 16.30 – Warsztaty artrecyklingowe dla dzieci od 7 lat. Prowadzi: **Agnieszka Mucha**, artystka rzeźbiarka. Koszt: 15 zł/os. Karnet: 50 zł.
- 19 III, godz. 17.30 – Bajki europejskie: bajki angielskie. Spotkania z baśnią i bajką europejską dla dzieci przedszkolnych. Wstęp 5 zł.
- 19 III, godz. 17.45 – Warsztaty artystyczne dla młodzieży. Różnorodne zabawy ze sztuką użytkową zgodną z ideą upcyklingu, czyli twórczego przetwarzania zużytych przedmiotów. Prowadzenie: **Agnieszka Mucha**. Koszt: 15 zł.

KLUB ANEKS OK KRAKÓW-NOWA HUTA,

UL. A. MYCIELSKIEGO 11

- 13 III, godz. 18 – Babska impreza. Marcowe święto kobiet, to idealny powód, by wspólnie poszaleć na babskiej imprezie w Klubie Aneks. Nieważne ile masz lat, czy jesteś mężatką czy samotną mamą, zakochaną czy porzuconą kobietą. Na tej imprezie nie może Cię zabraknąć! Wstęp: 5 zł.
- 16 III – Kiermasz ozdób świątecznych. Tradycja nakazuje, aby stół wielkanocny był kolorowy i pięknie ozdobiony, dlatego w Klubie Aneks odbędzie się kiermasz ozdób świątecznych. W atrakcyjnych cenach można będzie kupić ozdobne jajka wykonane techniką decoupage oraz stroiki, wianuszki i kartki świąteczne. Ręcznie wykonane ozdoby będą niepowtarzalne i jedyne w swoim rodzaju. Kiermasz będzie czynny od 5 kwietnia w godzinach pracy Klubu. Wstęp wolny.

KLUB JEDNOŚĆ OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. DROŻYSKA 3C

- 16 III, godz. 18 – Warsztaty bibułkarskie. Bibułkarstwo to zanikające rękodzieło polegające na wykonywaniu ozdobnych kwiatów. Zajmowały się nim głównie kobiety, które przystrajały potem swoimi wyrobami miejsca sakralne i domostwa. Na warsztatach w Klubie Jedność zgłębimy tajniki tej niezwyklej sztuki, poznamy techniki bibułkarskie tj. wycinanie, skręcanie, zwijanie, rolowanie. Będziemy uczyć się wykonywania pojedynczych kwiatów (róża, krokus, aster, żonkil, stokrotka, mak), jak i kompozycji kwiatowych z bibuły i krepiny. Na warsztaty prosimy zabrać bibułę, nożyczki i klej. Zapraszamy wszystkich, którzy dysponują chwilą czasu, a przede wszystkim chęcią spotkania się z innymi ludźmi bez względu na wiek, bo przecież kultura łączy pokolenia. Wstęp wolny.
- 18 III, godz. 10 – Odlotowa fizyka. Interaktywne zajęcia w Klubie Karino dla dzieci i młodzieży. Będą to zajęcia eksperymentalne, które odpowiedzą na wiele pytań dotyczących zjawisk zachodzących w otaczającym nas świecie. Dzieci poprzez konkretne eksperymenty i działania poznają właściwości wody, powietrza i innych gazów oraz dowiedzą się co to jest siła odśrodkowa i grawitacja. Zajęcia poprowadzi **Karol Pitra**, biofizyk z Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Wstęp: 5 zł.
- 19 III, godz. 16 – Wieczór poetycko-muzyczny poświęcony św. Janowi Pawłowi II. W związku z ustanowieniem przez Sejm roku 2015 rokiem świętego Jana Pawła II Klub Ośrodek Kultury zaprasza na wieczór poetycko-muzyczny poświęcony osobie Ojca Świętego. Celem spotkania jest wyrażenie wdzięczności za życie i działalność św. Jana Pawła II. W programie spotkania znajdują się teksty i wiersze o św. Janie Pawle II a także różne utwory muzyczne. Wstęp wolny. (f)

KLUB OK KRAKÓW-NOWA HUTA, OS. ZGODY 1

UL. TRUSKAWKOWA 4

- 19 III, godz. 16 – Wieczór poetycko-muzyczny poświęcony św. Janowi Pawłowi II. W związku z ustanowieniem przez Sejm roku 2015 rokiem świętego Jana Pawła II Klub Ośrodek Kultury zaprasza na wieczór poetycko-muzyczny poświęcony osobie Ojca Świętego. Celem spotkania jest wyrażenie wdzięczności za życie i działalność św. Jana Pawła II. W programie spotkania znajdują się teksty i wiersze o św. Janie Pawle II a także różne utwory muzyczne. Wstęp wolny. (f)

Notowania cenowe

WIOSENNE

W minionym tygodniu obchodziliśmy tradycyjne święto Dzień Kobiet i jak zwykle wiele kwiatów trafiło do pań. Ponadto aura była wyjątkowo łaskawa i słoneczko coraz cieplej grzeje, a za tydzień powitamy kalendarzową wiosnę. Zatem przyjrzyjmy się cenom kwiatów, które są zwiastunem nadcho-



dzącej wiosny. Odwiedziłem znaną nowohucką kwaciarnię „Cupido” na pl. Bieńczyce, którą obecnie prowadzi Rita Bajdała (na zdjęciu), kontynuując dobre tradycje swojej mamusi Wandy Kozłowskiej. W tej kwaciarni kupimy zarówno sezonowe kwiaty w małych doniczkach, jak kwiaty cięte. W tym tygodniu można było kupić w małych doniczkach prymulki, tulipany, krokusy i narcyzy po 5 i 7 zł, goździki były po 6 zł, a ozdobne pantoferki były po 14 zł. Nieco droższe były róże w doniczkach i anturium po 20–30 zł, a także storczyki w różnych kolorach w cenie 45–70 zł. Kwiaty cięte były w przystępnych cenach i królowały róże w cenie od 3 do 10 zł sztuka. Tulipany i goździki były w cenie 3–4 zł/szt., a lilie po 10 zł. W tej kwaciarni jest duży wybór doniczkowych domowych kwiatów, m.in. takich jak paprotki i bluszcz po 20–25 zł, juki po 30 zł, kwitnące gummanie po 45 zł. Zaczyna się sezon na kwiaty sadzonkowe i można już kupić bratki po 1,50 zł/szt., a także goździki po 6 zł/szt. W tym tygodniu pojawił się w kwaciarni pełny asortyment akcesoriów na święta Wielkiejnocy i na pewno warto wybrać się tutaj na zakupy. (sp) Fot. autor

WALUTA

W związku z kryzysem w strefie euro i dodrukiem tej waluty traci ona na wartości nawet w stosunku do złotych, ale za to dolar idzie w górę.

W kantorze na pl. Bieńczyce, paw. 24, tel. 12-641-46-29 zanotowano następujące kursy walut: USD: 3,81–3,85 zł, euro: 4,10–4,14 zł, GBP: 5,73–5,77 zł, CHF: 3,85–3,90 zł. (mp)

TRADYCYJNE WĘDLINY

Wyroby nie zawierają żadnych konserwantów, barwników ani ulepszczy smaku.



Józef Aksamit zaprasza do swojego pawilonu nr 466, prowadzonego od 1995 roku na bazarze „Tomex”. Czynne: wt.–pt. 8.00–16.00, sob. 7.30–14.00.

Od 13 do 19 marca

W KINIE „SFINKS”

● Belgijsko-francuski dramat „DWA DNI, JEDNA NOC” to najnowszy film braci Dardenne, wielokrotnych laureatów festiwalu w Cannes – w tym dwa razy Złotej Palmy (za „Dziecko” i „Rosette”). W roli głównej wystąpiła Marion Cotillard (Oscar za „Niczego nie żałuję – Edith Piaf”). Sandra staje przed zadaniem z pozoru niemożliwym. Musi przekonać ludzi, z którymi pracuje, aby zrezygnowali ze swoich premii. Jeżeli jej się nie powiedzie – ona sama straci pracę. Wspierana przez męża, kobieta wyrusza na spotkania z kolegami i koleżankami z pracy. Ma tylko jeden weekend, by uratować rodzinę. Czekają ją spotkania z pełną gamą ludzkich charakterów i reakcji na jej trudną prośbę.



● Francuska komedia „SAMBA” to pełna humoru opowieść o życiu w wielokulturowym tyglu. Samba i Alice pochodzą z dwóch różnych światów. On pracuje na zmywaku w paryskim hotelu, ona jest wolontariuszką, która po latach pracy w korporacji postanowiła przewartościować swoje życie. Gdy wskutek biurokratycznej pomyłki Samba trafia do aresztu, jego sen o lepszym życiu pryska, a co więcej, grozi mu deportacja. Alice postanawia mu pomóc za wszelką cenę, ale żeby to zrobić, będzie musiała nie tylko przekroczyć granice prawa, ale też odpowiedzieć sobie na pytanie, gdzie przebiega granica między poczuciem misji a głębokim uczuciem... W roli głównej wystąpił Omar Sy, gwiazda „Nietykalnych”.

● W sobotę i niedzielę (14, 15 III) o godz. 15.10 zapraszamy na seanse rewelacyjnego filmu animowanego „BARANEK SHAUN”. Pełnometrażowa wersja znanego serialu zabawy i rozbawi zarówno młodszych, jak i starszych widzów. Bohaterem jest skory do pakowania się w tarapaty baranek Shaun. Wyrusza on w pełną niebezpieczeństw wyprawę do miasta, aby ratować z tarapatów gospodarza swojej farmy. Nie do końca przemyślana wyprawa w towarzystwie przyjaciół obfitować będzie w różnego rodzaju przygody oraz niespodzianki czekające w metropolii na nieznające świata zwierzęta.

TURNIEJ JU JITSU W NCK

Ośrodek dalekowschodnich sztuk walki Seiken zaprasza na wiosenny młodzieżowy turniej jiu jitsu - 15 marca o godz. 10.00, w salach 208 i 211 NCK. Wstęp wolny. (mp)

ZDROWIE I MEDYCYNA

Tatuże, kolczykowe szaleństwo, zagrożenia – te zagadnienia podejmie w wykładzie z cyklu Zdrowie i medycyna, gerontolog i fitoterapeuta prof. Witold Stelmach 16 marca (poniedziałek), o godz. 18.00, w sali kameralnej NCK. Wstęp wolny. (mp)

JA JESTEM ŻYD Z „WESELA”

17 marca (wtorek), o godz. 11.00 i 18.00, w sali kameralnej NCK będzie można obejrzeć monodram w wykonaniu Zbigniewa Walerysia „Ja jestem Żyd z Wesela” (wg Romana Brandstaettera). Opowiadanie Brandstaettera zmusza do zrewidowania dotychczasowych poglądów na temat utworu Wyspiańskiego, a także jest pretekstem do szukania odpowiedzi na ile można w czyjeś życie ingerować i upubliczniać je. Po spektaklu zaplanowano spotkanie z aktorem, który przybliży sylwetkę Hirsza Singera, ale też zaprosi widzów w podróż w czasie do Młodej Polski i opowie o historycznych i kulturowych uwarunkowaniach powstawania dramatu Stanisława Wyspiańskiego. Bilety: 20 zł. (mp)

OJCIEC PSYCHOANALIZY

Kolejny wykład z cyklu Religia – Filozofia – Kultura, będzie poświęcony Zygmunutowi Freudowi - 19 marca (czwartek), o godz. 18.00, w sali kameralnej NCK – z częścią drugiej „Zygmunt Freud (1856-1939)” dowiemy się o psychoanalizie i filozofii człowieka, teorii nieświadomości: libido i popędzie śmierci. Wykład poprowadzi dr nauk humanistycznych Elżbieta Wawro. Wstęp wolny. (mp)

NOWOŚCI W BIBLIOTECE

Biblioteka Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida, os. Górali 5 poleca:
● **Christina Baker-Kline, Sieroce pociągi**, Wydawnictwo Czarna Owca 2014. „Sieroce pociągi” to pasjonująca historia o przyjaźni, poszukiwaniu bliskości i swojego miejsca w świecie. Molly Ayer zostaje przyłapaną na kradzieży książki z biblioteki. Staje przed wyborem: kilka miesięcy w poprawczaku lub praca społeczna - uporządkowanie strychu leciwej wdowy. Dziewczyna wybiera drugą opcję i trafia do domu Vivian Daly. Nie spodziewa się tego, co przyniesie jej los... Na początku XX wieku, tysiące samotnych dzieci wywożono „sierocymi pociągami” z głodującego Nowego Jorku na farmy Środkowego Zachodu. Vivian była jednym z nich. Kobieta próbowała wymazać z pamięci trudne lata, jednak kufry na strychu przechowały świadectwa jej przeszłości. Wizyty Molly przywołują wspomnienia wielu tragicznych wydarzeń, porzucenia, wyobcowania. Pomimo różnicy wieku kobiety zaprzyjaźniają się ze sobą, odkrywając że ich losy i charaktery nie są tak różne, jak mogłoby się wydawać. Obydwie spędziły dzieciństwo samotnie, na wędrownym z jednego domu zastępczego do drugiego, wychowywane przez obcych ludzi. Obie noszą w sobie wiele pytań dotyczących przeszłości, na które nie znają odpowiedzi.

● **Magdalena Grzebalkowska, Beksińscy. Portret podwójny, Znak 2014**. To nie jest książka o znanym malarzu, który malował dziwne i straszne obrazy. To nie jest książka o jego mrocznym synu, który fascynował się śmiercią i tak długo próbował popełnić samobójstwo, aż mu się udało. Ani też książka o obsesjach, natręctwach, fobiach i artystycznych szalach. Ani też o karierze, pieniądzu, wystawach i krytykach. To nie jest książka o skomplikowanych związkach, fascynacji muzyką i ciemną stroną mocy. To książka o miłości – o jej poszukiwaniu i nieumiejętności wyrażenia. I o samotności – tak wielkiej, że staje się murem, przez który nikt nie może się przebić. O tym, że życie czasami przypomina śmierć, a śmierć – życie.

Więcej na www.okn.edu.pl.

WARSZTATY ROZMAITOŚCI PO RAZ TRZECI



III edycja Warsztatu różnorodności organizowanego przez Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta przeszła już do historii. W tym roku na warsztacie pojawiły się między innymi bum bum rurki, teatralne IMPRO, tworzenie muzyki elektronicznej – sampling, poi

i żonglerka, cyrk, guzikowa plastyka, tablica myśli, gigantyczna gra planszowa Bazar Bizar oraz tradycyjnie aromatyczna herbaciarnia. Nie zabrakło chętnych – małych i dużych, aby uczestniczyć w warsztatowych strefach. Na koniec imprezy można było obejrzeć wy-

stęp Duo-Akro w wykonaniu Szymona Zielińskiego i Łukasza Banacha. Na dobranoc w nastrojowy klimat wprowadził koncert muzyki elektro Manoida.

Wiele osób zaangażowanych jest rokrocznie w przygotowanie tego święta różnorodności, bez których tego zamieszania nie dało by się wywołać. Organizatorzy gorąco dziękują wspierającym instruktorom, a są nimi: Mateusz Dzikowski, Tomasz Krawczyk, Szymon Zieliński, Inga Sumina Ruta, Dionizy Bagiński, Dawid Gacek oraz Manoid. Podziękowania skierowane są także do wyjątkowej ekipy technicznej, którą tworzyli: Tomasz Krawczyk, Piotr Krawczyk, Łukasz Kondraciuk, Janusz Kucharzyk, Kuba Pastor, Łukasz Banach, Marcin Rajtar, Joanna Ściborska i Arkadiusz Ciborowski. Natomiast za udzielone wsparcie finansowe ogromne podziękowania należą się Spółdzielni Mieszkaniowej Czyżyny, bez której Warsztaty różnorodności nie mogłyby się odbyć.

Fot. AG Studio G. Wawrzonek

KALENDARZ NOWOHUCKI

NIEDZIELNE MSZE ŚW.

Bazylika w Mogile: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 14, 16.30, 18.
 Kościół św. Bartłomieja: 10.15, 11.30
 Szklane Domy: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 17, 19, 20.30.
 Arka Pana: 6.30, 8, 9.30, 11, 12.30, 14, 16, 17.30, 19.
 Czyżyny: 7, 8.30, 10, 11.30, 13, 18.
 Dywizjonu 303: 6.30, 8, 9.30, 11, 13, 16, 18, 19.
 Mistrzejowice: 6.30, 8, 9.30, 11, 13.00, 17, 19.00.
 Kalinowe: 7, 9, 11, 13, 18.
 Wzgórza Krzesławickie: 6.30, 8.00, 9.30, 11, 12.30, 15, 19.
 Boh. Września: 6.00, 7.30, 9, 10.30, 12, 13.30, 16.30, 18, 19.30.
 ul. Bulwarowa: 7, 8.30, 10, 11.30, 13, 18, 20.
 Teatralne: 7, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 16.30, 18, 19.30.
 Krzesławice: 9.30, 14.00.
 Pleszów: 7.40, 11.30.
 Kantorowice: 9.00, 11.00, 19.00, od X do IV – 18.00.
 Ruszcza: 7, 9, 11, 16.
 Górka Kościelnicka: 7, 12.
 Kościelniki: 10.30, 19.
 Wolica: 9, 18.
 Lubocza: 8, 10.30, 17.

Słowa na niedzielę

Kto się dopuszcza nieprawości, nienawidzi światła i nie zbliża się do światła. (por. J 3)

Czujemy nieraz, że mocne światło nas oślepia. Moment przechodzenia z ciemności do światła nie jest wcale aż tak przyjemny. Byliśmy już jakoś przyzwyczajeni do ciemności a tu nagle trzeba mrużyć oczy, by zacząć funkcjonować w świetle.

Kto więc pomoże nam przewyciężyć strach przed światłem? Kto nas zachęci do życia w nowej rzeczywistości skoro tę starą już jakoś „oswoiliśmy”? Tylko Duch Święty, który oświeca, aby oczyszczać ale nie napiętnować.

ks. Piotr Gąsior

DYŻURY SZPITALI

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

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

DYŻURY APTEK

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

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.

MUZEUM HISTORYCZNE: DZIEJE NOWEJ HUTY

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

MUZEUM ARCHEOLOGICZNE: ODDZ. N. HUTA

Muzeum Archeologiczne w Krakowie Oddział w Nowej Hucie zaprasza na ekspozycję poświęconą garncarstwu prahistorycznemu, która znajduje się na os. Branice ul. Sasanek 2A w budynku Lamusa (renesansowy dwór). Wystawa jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 10–14, dodatkowo w sezonie maj–październik w każdą sobotę i niedzielę w godz. 14–18. Informacje: 12 640-80-60; www.ma.krakow.pl/oddzial_Nowa_Huta/informacje_ogolne.

MUZEUM CZYNU ZBROJNEGO

Małopolska Fundacja „Dom Kombatanta RP – Muzeum Czynu Zbrojnego” zaprasza na stałą ekspozycję do Muzeum Czynu Zbrojnego mieszczącego się na os. Góralski 23 (pod czołgiem). Muzeum czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 10–16. Strona internetowa www.mcz.3-2-1.pl. Tel. 696-729-125.

KINA

SFINKS: ● 13.03 (piątek) – godz. 17.00 „Samba” (Francja), godz. 19.15 „Dwa dni, jedna noc” (Belgia/Francja). ● 14.03 (sobota) – godz. 15.10 „Baranek Shaun” (Francja/Wlk.Brytania), godz. 17.00 „Samba”, godz. 19.15 „Dwa dni, jedna noc” ● 15.03 (niedziela) – godz. 15.10 „Baranek Shaun”, godz. 17.00 „Dwa dni, jedna noc”, godz. 19.00 „Samba”. ● 16.03 (poniedziałek) – kino nieczynne. ● 17.03 (wtorek) – godz. 11.30 Seans z Maluszkiem: „Dwa dni, jedna noc”, godz. 14.30 Filmowy Klub Seniora: „Samba”, godz. 17.00 „Dwa dni, jedna noc”, godz. 19.00 „Samba”. ● 18 i 19.03 (środa i czwartek) – godz. 17.00 „Samba”, godz. 19.15 „Dwa dni, jedna noc”.

W TEATRZE LUDOWYM

◆ **Duża Scena, os. Teatralne 34:** ● 13 i 14 III (piątek i sobota), godz. 19 – Hotel Westminster. ● 15 III (niedziela), godz. 16 – Przygody Arka Noego. ● 18 III (środa), godz. 10 – Pyza na polskich drózkach; godz. 17.30 i 20 – Kobieta pierwotna (spektakl gościnny). ● 19 III (czwartek), godz. 10 – Pyza na polskich drózkach.
 ◆ **Scena Nurt, os. Teatralne 23:** ● 13 i 14 III (piątek i sobota), godz. 19 – Mąż mojej żony. ● 15 III (niedziela), godz. 19 – Dwoje na huśtawce (spektakl gościnny).
 ◆ **Scena Pod Ratuszem, Rynek Główny 1:** ● 13 III (piątek), godz. 19 – Sex, prochy, rock&roll – wielki powrót. ● 14 III (sobota), godz. 17 i 19.15 – Wszystko o kobietach. ● 15 III (niedziela), godz. 19 – Wszystko o mężczyznach ● 17, 18 i 19 III (wtorek, środa i czwartek), godz. 19 – Sarenki.



**Publiczne Gimnazjum Sióstr Salezjanek
im. Świętego Dominika Savio w Krakowie**

**ZAPRASZA NA
DZIEŃ OTWARTY
14 MARCA 2015 R.**

10:00 - 14:00

Dlaczego warto nas odwiedzić?

Mamy:

- szkolny teatr
- zespół muzyczny
- zespół Caritas
- oratorium
- siłownię
- wiele kół zainteresowań
- nowoczesną bibliotekę
- salę informatyczną
- multimedialne pracownie
- salę językową
- własną gazetkę
- osiągnięcia sportowe oraz intelektualne
- wiele imprez szkolnych
- podróże po Polsce i za granicę
- zapraszamy ciekawych ludzi

www.dominik.edu.pl wejdź i sprawdź program Dnia Otwartego

CHODZI O TO, ŻEBY SIĘ UTRZYMALI

Od trudnego wyjazdu rozpoczną w niedzielę, 15 marca, rundę rewanżową, występujący w III lidze piłkarze Hutnika. W Nowym Targu zmierzą się z drużyną Porońca Poronin, w której występuje kilku znanych zawodników. Niektórzy z nich grali kiedyś dla klubu z Suchych Stawów.

– Zagramy osłabieni, gdyż zabraknie kontuzjowanego Mariusza Sierakowskiego, którego czekają dwa tygodnie przerwy oraz pauzującego za żółte kartki kapitana zespołu, Krzysztofa Świątki. Pozostali są zdrowi – mówi trener Andrzej Paszkiewicz.

Po rundzie jesiennej hutnicy zajmują dopiero 12 miejsce w grupie małopolsko-świętokrzyskiej. Do strefy spadkowej jednak jest bardzo blisko, a sytuacja jest jeszcze o tyle trudna, że w przypadku niesprzyjającego splotu okoliczności zdegradowanych może zostać nawet siedem zespołów, zajmujących lokaty od 12 do 18. – Naszym celem jest utrzymanie się. Liczę, że będzie lepiej niż w pierwszej rundzie. Przede wszystkim musimy zamienić remisy na zwycięstwa, gdyż jesienią za dużo spotkań zremisowaliśmy. Pierwsze mecze powinny nam wiele powiedzieć, jak

będziemy spisywać się w tej rundzie – dopowiada nowohucki szkoleniowiec.

Tej zimy doszło w hutniczej kadrze do wielu zmian. Odeszło aż ośmiu zawodników, dwóch – **Jakub Cieśla** i **Kacper Wróbel** – lecz się po kontuzjach i jeśli wiosną wrócą do gry, to wiele wskazuje, że dopiero pod koniec rundy. Pozyskano czterech graczy, jednym z nich jest wypożyczony z GKS Katowice wychowanek nowohuckiego klubu **Michał Nawrot**, jak zwykle do kadry dołączono też młodych graczy z juniorów.

– Także nasze ustawienie się zmieniło i trzeba było wszystko od nowa posklejać – zaznacza trener Paszkiewicz – Liczymy, że nasza młodzież nie będzie płaciła frycowego. Ważne jest, żeby dobrze zacząć, teraz nastroje są dobre i widać pozytywne nastawienie w zespole.

Ostatni sprawdzian przed wznowieniem ligowych rozgrywek piłkarze Hutnika rozegrali z czołowym zespołem IV ligi, Proszowianką. Wykazali się dobrą dyspozycją, zwłaszcza pod bramką przeciwnika, gromiąc go 6-1 (3-1). W zespole z Proszowic wystąpiło kilku zawodników do niedawna reprezentujących klub z Nowej Huty. Jeden z nich, stoper **Mariusz Bienias**, zdobył dla rywali jedyną bramkę. Dla Hutnika strzelili Nawrot 2, Świątek 2, **Mateusz Gamrot** i **Karol Filipek**.

Hutnik: Jasowicz (30. Frątczak, 60. Siwiecki) – Ochman (60. Antoniak), Kołodziej (46. Jacak), Grzesiak, P. Filipek (46. Guzik) – Sierakowski (46. Świątek), K. Filipek (60. Palonek), Orłowski, Nawrot, Prochwicz (60. Murzyn) – Gamrot.

W tym tygodniu hutnicy trenują przez cały czas na Suchych Stawach, na boisku o sztucznej nawierzchni. Pora zajęć jest bardzo późna, gdyż w poniedziałek i wtorek zaczęły się o godz. 19, a w pozostałe dni nawet o godz. 21. Tylko bowiem na taką porę udało się Hutnikowi wynająć boisko. (dan)

HUTNIK – MCKIS JAWORZNO 3-0 (25-17, 25-17, 25-19), 3-1 (13-25, 25-19, 25-16, 25-23)

HUTNIK: Ferek, Adamski, Obuchowicz, Klimczak, Golec, Kowalski, Szymczak (libero) – Sokolowski (n), Podlesny (n), Kolek (n), Samborski (n), Maruszczyk (n).

Stan play-off: 2-0.

ZACZĘLI PLAY-OFF W DOBRYM STYLU

Z wysokiego C rozpoczęli zmagania w play-off nowohucki siatkarze. Zespół lepszy w tej konfrontacji – potrzebne są trzy wygrane – dostanie się do baraży decydujących o awansie do I ligi. Zmagania w nich będą mordercze, gdyż premię wywalczą tylko dwie ekipy, a chętnych są aż 24.

O pierwszym spotkaniu niewiele da się powiedzieć. Hutnicy robili w nim co chcieli, łatwo i szybko pokonując rywala z Jaworzna. – Był to jeden z naszych najlepszych występów – ocenił trener **Jerzy Piwowar**.

W niedzielę musieli jednak się chwilami napracować. – Mielimy komfort psychiczny, ale zawsze jest ta obawa, że jeśli coś za łatwo przyszło, to potem mogą być problemy. I trudniej nam się grało. Najważniejsze, że wygraliśmy – podkreślił szkoleniowiec Hutnika.

Zwłaszcza w pierwszej partii spisywali się bardzo słabo. Niewiele im się udawało i nie pomagały zmiany, których Piwowar dokonał aż pięć. Na szczęście w kolejnych setach zagrali znacznie uważniej i przede wszystkim skuteczniej. Udany atakami popisywał się **Paweł Golec**, bardzo skuteczny również w obronie. Kilka razy sam zablokował atakujący gości. Udany był to również mecz dla **Rafała Sokolowskiego**. Zespół z Jaworzna do ataku ruszył dopiero w ostatnim secie, kiedy Hutnik prowadził 17-13, zdobywając kolejnych pod rząd aż pięć punktów, z czego cztery po nieudanych atakach gospodarzy. Zmobilizowało to jednak Sokolowskiego i hutnicy objęli prowadzenie 20-18. Dali się jeszcze raz dopaść, ale na więcej rywali już nie było stać.

Następne spotkanie rozegrane zostanie dopiero w sobotę, 21 marca. Kolejny ewentualny termin to 22 marca, termin piąty – 28 marca. (dan)

MŁODZICZKI POD SIATKĄ

W najbliższą sobotę i niedzielę (14-15 marca) w hali zespołu Szkół Ogólnokształcących Sportowych nr 2 (os. Teatralne 35) rozegrany zostanie małopolski finał w kategorii młodziczek, w którym weźmie udział sześć drużyn. Wśród faworytek są dziewczęta z nowohuckiego UKS Budrem Sparta, który działa przy placówce z os. Teatralnego. Mają one dużą szansę na awans do ogólnopolskich rozgrywek.

Sobotnie mecze rozpoczną się o godz. 9.30, a nazajutrz o godz. 10. Każde spotkanie toczy się do dwóch wygranych setów. Będzie je można również zobaczyć na jednej ze stron internetowych.

przebieg – ostatni w tym spotkaniu – jednak gospodarzy, ostatnich w tabeli, nie stać było na wyrównanie. Dobrze zaczął wtedy bronić **Piotr Górka** i Wanda wróciła do równowagi, a ostatnie trafienie uzyskała dla niej w 59 min Jewiarz.

Na czele czwartej grupy II ligi znajduje się MOSiR Bochnia – 22 pkt, Wanda zajmuje trzecią pozycję – 16 pkt. Teraz w rozgrywkach nastąpi przerwa do 28 marca, ale krakowian czeka w najbliższy weekend zaległe spotkanie w Sosnowcu z Zagłębiem. (dan)

Z NOTESU KIBICA

13.03 (piątek) – godz. 20, III liga siatkówki mężczyzn: Hutnik II/Dobry Wynik – Janina Libiąż (hala III LO, os. Wysokie)

14.03 (sobota) – godz. 13, II liga piłki nożnej: Puszcza Niepołomice – Legionovia.

WYWALCZYLI REMIS

PUSZCZA NIEPOŁOMICIE – STAL MIELEC 3-3 (1-2)

0-1 – Lętocha (10), 0-2 – Cholewiak (12), 1-2 – Gębalski (18. karny), 2-2 – Stepankow (89. karny), 2-3 – Domański (90), 3-3 – Zaremba (90).

PUSZCZA: Sobieszczyk – Furtak, Lepiarz, Napierała, Łączek – Zaremba, Gawęcki, Sojda, Szewc (57. Małecki), Stepankow – Gębalski.

Sędziował **Lukasz Szczuch** z Warszawy. Żółte kartki: Napierała – Prejs, Sulewski, Cholewiak, Lętocha; czerwona: Libera (89. faul). Widzów: 780.

Tytuł widzów jeszcze nie było na spotkaniu piłkarzy z Niepołomic. Jak wiele wskazuje, przyszli żeby zobaczyć przebudowany miejscowy stadion, na którego dwóch nowych trybunach znajduje się 2000 miejsc.

Niestety, z gry swojej drużyny nie mogli być już tak zadowoleni, chociaż miejscowym zawodnikom nie można było odmówić ambicji. Walczyli do końca, dzięki czemu zdobyli punkt, ale jeśli chcą się utrzymać w II lidze, to muszą zwyciężać.

Zaczęli wyjątkowo źle. Zanim się obejrzel stracili dwie bramki, jedną z nich strzelił **Mateusz Cholewiak**, który odszedł z Niepołomic latem ubiegłego roku, dając powody do zadowolenia chamsko zachowującym się kibicom z Mielca. Takich jeszcze na tym obiekcie nie widziano.

Trzeba jednak oddać gospodarzom, że od razu wzięli się za odrabianie strat – zaczął pozyskany tej zimy z Wisły Sandomierz **Adrian Gębalski**, ale bardzo długo trwało zanim doprowadzili do wyrównania. Pomógł im w tym bramkarz przyjezdnych **Tomasz Libera**, faulując Gębalskiego, za co wyleciał z boiska. Na tym jednak nie było końca emocji, a właściwie to dopiero zaczęły narastać. Stal chociaż osłabiona, już w doliczonym czasie objęła prowadzenie, po tym **Maciej Domański** wymanewrował całą obronę i bramkarza Puszczy. Szczęśliwie **Krzysztof Zaremba** w zamieszaniu pod bramką przeciwników dopadł jeszcze piłkę, kierując ją do siatki.

Na czele II ligi znajduje się MKS Kluczbork – 39 pkt, Puszcza zajmuje piętnaste, spadkowe miejsce – 18 pkt.

KADRA HUTNIKA

Bramkarze: 33. **Dorian Frątczak** (25.05.1997, 188 cm/81 kg, wychowanek), 93. **Norbert Jasowicz** (28.09.93, 181/75, wychowanek), 12. **Michał Siwiecki** (12.06.96, 190/82, wychowanek).

Obroncy: 13. **Przemysław Antoniak** (4.11.92, 188/78, wychowanek), 8. **Bartosz Cieśla** (28.07.1997, 187/74, wychowanek), 90. **Jakub Cieśla** (21.02. 1994, 184/79, wychowanek), 4. **Piotr Filipek** (16.04.1997, 178/70, wychowanek), 21. **Patryk Kołodziej** (29.05.1995, 192/80, Puszcza Niepołomice), 2. **Radosław Grzesiak** (28.06.1992, 190/97, Świt Krzeszowice), 88. **Jakub Ochman** (17.04.91, 184/79, wychowanek, poprzednio Przebój Wolbrom), 18. **Kacper Orłowski** (27.07.90, 177/67, wychowanek, poprzednio Lotnik Kryspinów), 6. **Grzegorz Silczuk** (3.01.96, 186/79, wychowanek).

Pomocnicy i napastnicy: 14. **Bartłomiej Chleba** (30.07.96, 183/75, wychowanek), 22. **Karol Filipek** (9.03.1998, 177/67, wychowanek), 23. **Mateusz Gamrot** (22.06.92, 170/68, wychowanek), 5. **Damian Guzik** (10.03.1997, 182/66, wychowanek), 19. **Sebastian Jacak** (16.04.1997, 176/65, wychowanek), 17. **Lukasz Murzyn** (12.03.94, 175/75, wychowanek), 28. **Michał Nawrot** (9.08.1990, 185/79, wychowanek, ostatnio GKS Katowice), 10. **Sebastian Palonek** (15.12.1998, AS Progres), 22. **Sebastian Prochwicz** (29.03.96, 178/70, wychowanek), 9.

Mariusz Sierakowski (2.02.94, 175/70, wychowanek), 7. **Krzysztof Świątek** (13.01.87, 172/69, wychowanek, poprzednio Szreniawa Nowy Wiśnicz), 20. **Kacper Ziemiak** (6.01.96, 183/76, wychowanek).

Napastnicy: 15. **Hubert Pachowicz** (21.08.1997, 183/79, wychowanek), 97. **Kacper Wróbel** (26.05.1997, 173/70, wychowanek)

Przyszli: B. Cieśla (z juniorów), Grzesiak (Świt Krzeszowice), Kołodziej (Puszcza Niepołomice), Nawrot (GKS Katowice), Pachowicz (z juniorów), Palonek (AS Progres Kraków).

Ubyli: **Mariusz Bienias**, **Kamil Czarnecki**, **Jerzy Kolański** (wszyscy Proszowianka), **Jakub Cieśla** (kontuzja), **Bartosz Jagła**, **Mateusz Majcherczyk** (obaj MKS Trzebinia/Siersza), **Damian Lubera** (Wolania Wola Rzędzińska), **Mateusz Stanek** (Cracovia II), **Kacper Wróbel** (kontuzja), **Michał Zdziński** (Górnik Wieliczka).

Hutnik Nowa Huta; 31-916 Kraków, os. Na Skarpie 7/102; faks: 12 312 41 66; strona internetowa: www.nh2010.pl; e-mail: info@hutnik-krakow.pl.

Prezes: **Adam Gliksman**; dyrektor sportowy: **Bartosz Margasiński**; trener: **Andrzej Paszkiewicz**; trener bramkarzy: **Grzegorz Jakubiszyn**; kierownik drużyny: **Dariusz Skiba**; masażysta: **Michał Chmiel**.

TERMINARZ SPOTKAŃ

15 marca (niedziela) – godz. 15: Porońca Poronin – Hutnik (boisko w Nowym Targu)

21 marca (sobota) – godz. 15.30: Hutnik – Łysica Bozdentyn

28 marca (s) – godz. 15: Poprad Muszyna – Hutnik

4 kwietnia (s) – godz. 17: Hutnik – Czarni Polaniec

11 kwietnia (s) – godz. 17: Hutnik – Wierna Małogoszcz

15 kwietnia (środa) – godz. 17: MKS Trzebinia/Siersza – Hutnik

18 kwietnia (s) – godz. 17: Hutnik – Wolania Wola Rządzińska

22 kwietnia (ś) – godz. 17: Hutnik – Korona II Kielce

25 kwietnia (s) – godz. 13: Partyzant Radoszyce – Hutnik

3 maja (n) – godz. 17: Wisła Sandomierz – Hutnik

9 maja (s) – godz. 17: Hutnik – Granat Skarżysko-Kamienna

16 maja (s) – godz. 17.30: Unia Tarnów – Hutnik

20 maja (ś) – godz. 17.30: Hutnik – KSZO Ostrowiec Św.

23 maja (s) – godz. 11: Garbarnia Kraków – Hutnik

30 maja (s) – godz. 17.30: Hutnik – Beskid Andrychów

4 czerwca (czwartek) – godz. 17: Soła Oświęcim – Hutnik

7 czerwca (n) – godz. 17: Hutnik – Wisła II Kraków

SZCZYPIORNIŚCI ZWYCIĘŻAJĄ

MKS BILGORAJ – WANDA 29-33 (14-17)

WANDA: Weihonig, Kowalski, Górka – Karol Franczak 5, Jędrzejek, Witowski 4, Urbanowicz, Dziedziec 4, Lubowicki, Raczkowski 3, Krystian Franczak 7, Jewiarz 8, Nowak 1, Szopa 1.

Od rzutu **Jakuba Jewiarza** w 1 min zaczął się ten mecz i potem krakowscy

szczypiorniści przez kilka minut powiększali przewagę. W 8 min po trafieniu **Krystiana Franczaka** prowadzili 7-2 i dopiero wtedy gospodarze odważnie zaatakowali, zdobywając pod rząd trzy bramki. Po kwadransie udało im się nawet jeszcze bardziej zbliżyć do Wandy (było 8-9). Było to efektem zbytnej pewności siebie przyjezdnych, którym co jakiś czas wydawało się, że

mają już zapewnione zwycięstwo. Kolejny raz do podobnej sytuacji doszło w 33 min (17-18), ale goście wówczas przyspieszyli, żeby za chwilę popisać się serią czterech celnych rzutów. Największą przewagę uzyskali w 46 min za sprawą **Marcina Raczkowskiego**, który zdobył wówczas dwie bramki, dzięki czemu prowadzili 28-22. Ale za moment przydarzył im się kolejny

Bilety i karnety

Ceny biletów pozostają takie same, jak w poprzednim sezonie. W dalszym ciągu bilet normalny będzie kosztował 10 zł, ulgowy dla kobiet, rencistów, emerytów i młodzieży w wieku 13-16 lat 5 zł, a młodzi kibice do 12 roku życia mają wolny wstęp. Karnety kosztują 70 zł.

13.03

TELEWIZJA

PIĄTEK

13.03

TVP1

6.20 Telezakupy 6.55 TVP INFO w TVP 1: Serwis Info Poranek 7.45 Gość poranka 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Polityka przy kawie 8.50 Jaka to melodia? (3054) – teleturniej muzyczny 9.20 Klan (2715) – telenowela TVP 9.50 Ojciec Mateusz (130): Zakładniczka – serial kryminalny TVP 10.50 Wspaniałe stulecie 2 (95) – serial kostiumowy Turcja (2011) 12.00 Wiadomości 12.05 Agrobiznes 12.30 Przepis dnia (185) – magazyn 12.50 Natura w Jedyńce: Nieznane oblicze Atlantyku (3) – cykl dokumentalny Wielka Brytania (2012); reż.: John Gwyn 13.55 Autostrada do nieba (47/111) – serial USA (1984) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.20 Okrasa łamie przepisy: W krainie dźwięków i smaków – magazyn kulinarny 15.50 Wspaniałe stulecie 2 (96) – serial kostiumowy Turcja (2011) 17.00 Teleexpress 17.15 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (3055) – teleturniej muzyczny 17.55 Klan (2716) – telenowela TVP 18.30 Świat się kręci (299) – widowisko publicystyczne 19.15 Przepis dnia (186) – magazyn 19.30 Wiadomości 20.00 Sport 20.05 Cavaliada Tour 2014/15 – felieton 20.10 Pogoda 20.15 Pogoda dla kierowców 20.25 Taliaska (2/8) – serial Ukraina/Rosja (2014) 21.30 Weekendowy Hit Jedyńki: Zaklinacz koni – film obyczajowy USA (1998); reż.: Robert Redford; wyk.: Robert Redford, Kristin Scott Thomas, Sam Neill, Diane Wiest 0.25 Zemsta (14) – serial USA (2012) (dozwolone od lat 16) 1.20 Zmiana planów – komediodramat Francja (2009); reż.: Daniele Thompson; wyk.: Karin Viard, Danny Boon, Marina Foïs, Emmanuelle Seigner 3.00 W garniturach (1/13) – serial USA (2011); reż.: Kevin Bray; wyk.: Gabriel Macht, Patrick J. Adams, Rick Hoffman, Meghan Markle, Sarah Rafferty, Gina Torres 3.45 Autostrada do nieba (47/111) – serial USA (1984) 4.45 Zakończenie dnia

TVP2

6.05 M jak miłość (747) – serial TVP 7.05 M jak miłość (748) 8.00 Pytanie na śniadanie 11.10 Barwy szczęścia (1256) – serial obyczajowy TVP 11.45 Na dobre i na złe (492): Konkurs – serial TVP 12.50 Postaw na milion (98) – teleturniej 13.50 Anna Dymna – spotkajmy się (Weronika Odziomek) 14.25 Alternatywy 4 (9/9): Upadek – serial komediowy TVP 16.00 Panorama Kraj 16.15 Pogoda Kraj 16.25 WOK – Wszystko o Kulturze (1) 16.30 XV Mazurska Noc Kabaretowa Mrągowo 2013 – widowisko rozrywkowe 17.45 WOK – Wszystko o Kulturze (2) 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu (10/84) – teleturniej 19.25 Kocham Kino – magazyn filmowy Grażyna Torbickiej 20.10 O mnie się nie martw 2 (2/13) – serial komediowy TVP 21.05 Rodzinka.pl (133): Ból rozstania – serial ko-

mediowy TVP 21.35 Rodzinka.pl (134): Miłosne manewry – serial kom. TVP 22.15 Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy (2) – program rozrywkowy 23.45 Jumper – film przygodowy USA (2008); reż.: Doug Liman; wyk.: Hayden Christensen, Samuel L. Jackson, Jamie Bell, Rachel Bilson 1.20 Szyfry wojny – dramat wojenny USA (2002); reż.: John Woo; wyk.: Nicolas Cage, Adam Beach, Christian Slater (dozwolone od lat 16) 3.40 Herkules (27): Kto raz był bohaterem – serial USA (1995) 4.25 Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.10 A la show (7): Artur Andrus – talk-show 6.40 Alchemia zdrowia i urody – magazyn 7.00 KucinAlina (22) – magazyn kulinarny Włochy (2015) 7.30 Tajemnice Wiklinowej Zatoki (5/7): Straszna nora – serial animowany 8.00 Pytanie na śniadanie 11.05 Halo Polonia – magazyn 11.40 Okazja (7/19): Safari – serial TVP 12.05 Na sygnale (23): Dzidzius – serial fabularny TVP 12.30 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 12.35 Wiadomości 12.50 M jak miłość (1113) – serial TVP 13.50 Paradoxs (13): Paradoxs – serial kryminalny TVP 14.40 Zapiski Łazęgi: Borne Sulnowo – felieton 14.55 Jan Nowak Jeziorski – kulisy zdarzeń (10) – cykl dokumentalny 15.30 Szperacze.tv: Wyścigi wyborcze (10) – program rozrywkowy 16.00 Ex Libris (205) – magazyn 16.20 A la show (7): Artur Andrus – talk-show 16.55 Okazja (7/19): Safari – serial TVP 17.20 Polonia w Komie (690) 17.30 Teleexpress 17.50 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 17.55 Sensacje XX wieku: Szaleństwa boga wojny – cykl dokumentalny 18.25 Kulturaneek (8): Kartki, kalki i klamerki – magazyn 18.55 Na sygnale (23): Dzidzius – serial fabularny TVP 19.25 Cafe Historia: Falszerze pieniędzy – program publicystyczny 19.45 Dobranocka: Dziwny świat kota Filemona: Zabawa w chowanego 20.00 Wiadomości 20.30 Sport 20.35 Pogoda 20.40 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 20.50 Na dobre i na złe (583): Trauma – serial TVP 21.45 Polonia w Komie (691) 22.00 Królowa chmur – film TVP; reż.: Radosław Piwowarski; wyk.: Danuta Szaflarska, Wojciech Malajkat, Anna Przybylska, Bogdan Kalus, Zdzisław Kuźniar, Adam Cywka, Wojciech Kuliński, Joanna Jeziorna, Robert Kowalski, Bolesław Abart 23.30 Rejs z kabaretem – the Best of 0.40 Powtórki programów



TELEWIZJA KRAKÓW

6.30 Echa dnia 6.40 Pogoda 6.45 Echa dnia – komentarze 7.00 Relacje (64) 7.25 Wokół nas – pogoda 7.30 Pogoda 7.31 Pogoda na narty 2014/2015 7.41 Telezakupy 8.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 8.25 Pogoda 8.30 Raport z Polski 9.15 Plebania (17) 9.40 Plebania (18) 10.05 Przechodzień codzienny 10.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 10.35 Pogoda 10.45 Polacy tu i tam 11.15 Europa z bliska (11)

11.35 Co u nas? 11.45 Jedź bezpiecznie 11.55 Dla niesłyszących Misja Integracja OPP 12.05 Co u nas? 12.15 Rok w ogrodzie 12.40 Co u nas? 12.45 Agrobiznes 13.15 Co u nas? 13.20 Wokół nas – pogoda 13.30 Plebania (19) 13.55 Plebania (20) 14.20 Przechodzień codzienny 14.30 Małe wiktoriańskie sekrety – film dok. Wielka Brytania (2010) 15.45 Raport z Polski 16.20 Dziennik regionów – tematy dnia 16.30 Jedź na zdrowie (14) 16.50 Wokół nas – pogoda 17.00 Wstęp wolny – z kulturą 17.00 Kronika – zapowiedź 17.03 Pogoda 17.05 Raport pogodowy 17.05 Msza Święta dla Chorych 2015 17.55 Pogoda na narty 2014/2015 18.10 Kronika kulturalna 2015 18.16 kraków.pl 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.05 Ślizg 19.15 Zimowa jazda 19.25 Wiara i życie 19.45 Pod Tatrami 19.55 Pogoda 19.58 Raport pogodowy 20.00 Region. Ludzie, sprawy, opinie 20.25 Telezakupy 20.55 Pogoda 21.00 Echa dnia 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Echa dnia – komentarze 21.55 Pogoda 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.16 Raport pogodowy 22.18 Kronika kulturalna 2015 22.30 Co u nas? 22.40 Dla niesłyszących: Telekurier 23.15 Sprawa dla reportera 0.05 Powrót do przeszłości (21)



POLSAT

5.00 Wstawaj! Gramy! 6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.00 Trudne sprawy – serial paradokmalny 9.00 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny Polska 10.00 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokmalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokmalny 12.00 Pielęgniarki – serial paradokmalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokmalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 14.45 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokmalny Polska 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody 16.15 Interwencja – magazyn reporterów 16.30 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny Polska 17.00 Dlaczego ja? – serial paradokmalny Polska 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 18.50 Wydarzenia, sport 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy Polska 20.05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 3 – program rozrywkowy 22.10 Conan Barbarzyńca – film fantasy USA (2011) 0.30 Michael Jackson's This is it – film dokumentalny 2.50 Tajemnice losu

tvn

5.50 Uwaga! 6.10 Mango 7.15 Detektywi – serial fabularno-dokumentalny Polska 7.50 Doradca smaku – magazyn 8.00 Dzień dobry TVN 10.55 Na Wspólnej – serial obyczajowy Polska 11.25 Szkoła – serial paradokmalny Polska 12.25 Szpital – serial paradokmalny Polska 13.25 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy Polska 14.00 Ukryta prawda 15.00 Szkoła – serial paradokmalny Polska 16.00 Rozmowy w toku – talk-show Polska 17.00 Ukryta prawda – serial paradokmalny Polska 18.00 Szpital – serial paradokmalny Polska 19.00 TVN

Fakty, sport 19.50 Uwaga! – magazyn reporterów 20.00 Iron Man 3 – film s.f. USA/Chiny (2013) 22.50 Jaś i Małgosia: Lowcy czarownic – film fantasy Niemcy/USA (2013) 0.40 Kuba Wojewódzki – talk-show Polska 1.45 Uwaga! – magazyn reporterów 2.00 Sekrety magii

TVN 7



6.30 Męski typ – talk-show 7.00 Julia – serial obyczajowy 7.35 Brzydula – serial obyczajowy 8.10 Sąd rodzinny – program fabularno-dokumentalny Polska 9.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska – program fabularno-dokumentalny Polska 10.10 Gwiazdy wierzą w duchy – talk-show 11.15 Mango 12.50 Sąd rodzinny – program fabularno-dokumentalny Polska 13.50 Szpital – serial paradokmalny 14.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – program fabularno-dokumentalny Polska 15.50 Julia – serial obyczajowy 16.25 Brzydula – serial obyczajowy 17.00 Kobieta ze stali – telenowela 18.00 Gwiazdy wierzą w duchy – talk-show 19.00 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany Australia/USA (2006) 21.20 Justin Bieber. Never Say Never – film dokumentalny 23.30 Zanim odejdą wody – komedia USA (2010) 1.30 Czarne lustro

TV 4

7.05 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show – serial animowany 7.35 Klub przyjaciół Myszkki Miki – serial animowany 8.05 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show – serial animowany 8.35 Klub przyjaciół Myszkki Miki – serial animowany 9.00 Garfield Show (44, 45, 2, 3) – serial animowany 10.00 Czarodziej z Waverly Place (8, 9) – serial familijny 11.00 Dzikie serce – telenowela 12.00 Pamiętniki z wakacji 2 (30, 31) – serial paradokmalny 14.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 15.00 Czarodziej z Waverly Place (10, 11) – serial familijny 16.00 Dom nie do poznania – reality show 17.00 Dzikie serce – telenowela 18.00 Pamiętniki z wakacji 2 (32, 33) – serial paradokmalny 20.00 Karmazynowy przypływ – thriller USA (1995) 22.30 STOP Drogówka – magazyn policyjny 23.35 Dorcel Airlines: Pierwsza klasa – film erotyczny Francja (2009) 1.10 Piłka nożna: Eliminacje Mistrzostw Europy – mecz: Polska-Niemcy



PULS

6.00 Złotopolscy (139, 140) – serial obyczajowy 7.00 Nash Bridges 6 (110-112) – serial sensacyjny 9.55 Sekret 3 (146) – telenowela 11.00 Zbuntowany anioł – telenowela 11.55 Co ludzie powiedzą? – serial komediowy 12.30 Królowa serc (61, 62) – telenowela 14.30 Niania 3 (34-36) – serial komediowy 16.30 13 posterunek 2 (15, 16) – serial komedia 17.25 Boso przez świat – cykl reportaży 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany 20.00 Morderczy występ – thriller USA (2009) 21.55 W odwecie za śmierć – thriller USA (2010) 0.00 Zejście – horror Wielka Brytania (2005) 2.15 Zobacz to!

GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

PROPOZYCJE NA PIĄTEK

TVN, GODZ. 20.00

● **IRON MAN III** – Film przygodowy produkcji amerykańsko-chińskiej z 2013 roku. Tony Stark to ekscentryczny geniusz, milioner i filantrop w jednej osobie. Często wciela się również w postać superbohatera – Iron Mana. Ale to dużo kosztuje psychicznie. Tony cierpi na bezsenność, miewa stany lękowe, nie może dogadać się z ukochaną Pepper. W najtrudniejszym momencie życia Stark musi zmierzyć się z wyjątkowo niebezpiecznym przeciwnikiem – tajemniczym terrorystą Mandarynem.

★★★

TVP I, GODZ. 21.30

● **ZAKLINACZ KONI** – Amerykański melodramat z 1998 roku. 14-letnia Grace podczas przejażdżki konnej uległa poważnemu wypadkowi. Straciła nogę, a jej ukochany koń Pielgrzym został okaleczony. Dziewczynka oskarża rodziców o swoje kalectwo. Jej matka, Annie, wierzy, że córce pomoże uzdrowienie jej zdziczałego konia. Zawozi Grace i Pielgrzyma na rancho Toma Bookera, który leczy konie po traumatycznych przebiegach. W ciągu miesięcy spędzonych na jego farmie Grace odzyskuje radość życia, a jej koń poddaje się w końcu zaklęciom Toma. Jego magii ulega także Annie, która zakochuje się w niezwykłym kowboju.

★★★

TV POLSAT, GODZ. 22.10

● **CONAN BARBARZYŃCA** – Amerykański film fantasy z 2011 roku. Conan od najmłodszych lat zapowiadał się na niezrównanego wojownika. Osada, w której się wychował, została zaatakowana przez grupę bezwzględnych siepaczy pod wodzą potężnego czarnoksiężnika Khalara Zyma. Tylko Conan uszedł z życiem. Po latach mężczyzna postanawia zemścić się na potężnym Zymie. Okazuje się, że jego działania wpłyną na losy całego świata.

★★★

TVP II, GODZ. 23.45

● **JUMPER** – Film science-fiction produkcji amerykańskiej z 2008 roku. David Rice mieszka z ojcem w małym miasteczku w stanie Michigan. Uchodzący za nieudacznika i unikany przez rówieśników chłopak podkochuje się w Millie, koleżance ze szkoły. Pragnąc zdobyć względy dziewczyny, wręcza jej szklaną kulę. Wskutek pewnego incydentu prezent trafia na środek zamrożonej rzeki. Gdy David rusza, by go odzyskać, wpada pod lód. Nie tonie, lecz przenosi się do biblioteki. Odkrywa w sobie umiejętność teleportacji. Dla Davida to początek nowego życia. Beztroska nie trwa długo – na drodze chłopaka staje Roland.

SOBOTA

14.03

TVP1

5.15 Kopciuszek (36) – serial obyczajowy TVP 5.40 Kopciuszek (37) 6.10 Ekspres Miłosierdzia: Rodziny Wielodzietne – cykl reportaży 6.35 Pełnosprawni (96) – magazyn dla niepełnosprawnych 6.55 Las Story (12) – cykl reportaży 7.20 Dzień dobry w sobotę – program poradnikowy 7.55 Rok w ogrodzie 8.25 Naszaarmia.pl (152) – magazyn 8.55 Jaka to melodia? (3055) – teleturniej muzyczny 9.30 Cztery pancerni i pies (10/21): Kwadrans po nieparzystej – serial TVP 10.35 Wiadomości naukowe – magazyn 10.45 Skoki Narciarskie: Puchar Świata – Oslo (kwalifikacje) 12.20 Lyżwiarstwo figurkowe: Gala Kings on Ice – Warszawa (2) 13.20 Okrasa łamie przepisy: Konkurs na najlepsze pierśi – magazyn kulinarny 13.50 Zwierzęta świata: David Attenborough i osobliwości świata przyrody (2): Osobliwa mistyfikacja? – serial dokumentalny Wielka Brytania (2014); reż.: David Attenborough 14.15 Zwierzęta świata: David Attenborough i osobliwości świata przyrody (3): Młodzi starcy 14.50 Maria z Nazaretu (2/4) – serial Włochy/Niemcy (2012) 15.55 Downton Abbey IV (2/8) – serial obyczajowy Wielka Brytania (2013) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.35 Skoki Narciarskie: Puchar Świata – Oslo (konkurs indywidualny) 20.10 Strażacy (3/10) – serial TVP 20.55 Wiadomości 21.15 Sport 21.20 Cavaliada Tour 2014/15 – felieton 21.22 GOL – felieton 21.30 Pogoda 21.40 Hit na sobotę: Za szybce, za wściekli 2 – film sensacyjny Niemcy/USA (2003); reż.: John Singleton; wyk.: Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes, Cole Hauser 23.35 Oszustwo (2/11) – serial USA (2013) (dozwolone od lat 16) 0.30 Zaklinacz koni – film obyczajowy USA (1998); reż.: Robert Redford; wyk.: Robert Redford, Kristin Scott Thomas, Sam Neill, Diane Wiest 3.25 Downton Abbey IV (2/8) – serial obyczajowy Wielka Brytania (2013) 4.20 Głina (18/25) – serial kryminalny TVP (dozwolone od lat 16) 5.15 Zakończenie dnia

TVP2

5.50 Bliskie i groźne spotkania Steve'a (21/26) – serial dokumentalny Wielka Brytania (2010); reż.: Giles Badger 6.30 Bliskie i groźne spotkania Steve'a (22/26) 7.05 M jak miłość (1125) – serial TVP 8.00 Pytanie na śniadanie 10.55 Program do czytania (13) – magazyn literacki 11.10 Kultura, głupcze (118) – magazyn kulturalno-społeczny 11.50 Megarodziny – film dokumentalny USA (2012); reż.: Sam Barcroft 12.45 Kabaretowe hity. Historia Literatury wg Kabaretu Moralnego Niepokoju: Kochajmy się! – widowisko 13.30 Sztuka życia (83) – magazyn 14.00 Familiada (2184) – teleturniej 14.40 Rodzinka.pl (131/156): Dziadko-

wie kontratakują – serial komediowy TVP 15.15 O mnie się nie martw 2 (2/13) – serial komediowy TVP 16.10 WOK - Wszystko o Kulturze (3) – magazyn 16.20 Paranienormalni Tonight (2) – program rozrywkowy 17.05 Słowo na niedzielę 17.15 Na sygnale (2 (24): Sopol lodu – serial fabularyzowany TVP 17.45 WOK – Wszystko o Kulturze (4) 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Postaw na milion (99) – kulisy 19.05 Postaw na milion (99) – teleturniej 20.05 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka – film przygodowy USA (2006); reż.: Gore Verbinski; wyk.: Johnny Depp, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Bill Nighy 22.45 Szyfry wojny – dramat wojenny USA (2002); reż.: John Woo; wyk.: Nicolas Cage, Adam Beach, Christian Slater (dozwolone od lat 16) 1.05 Classic meets Pop: Night of the Proms (2) – koncert 2.15 WOK – Wszystko o Kulturze 2.40 Królowe ringu – komedia USA (2001); reż.: Jeffrey Berry; wyk.: Olympia Dukakis, Marion Ross, David DeLuise, Sarah Strange 4.15 Niespotkanie spokojny człowiek – film TVP; reż.: Stanisław Bareja; wyk.: Janusz Kłosiński, Ryszarda Hanin, Marek Frąckowiak, Małgorzata Potocka, Janina Sokółowska, Jerzy Turek, Stanisław Tym, Ludwik Benoit, Hanna Bedryńska 5.10 Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.35 Barwy szczęścia (1193) 7.00 Barwy szczęścia (1194) 7.25 Barwy szczęścia (1195) 7.50 Barwy szczęścia (1196) 8.20 Na sygnale (23): Dzisiaj 8.50 Przyjaciele lasu – cykl reportaży 9.05 Kulturanek (9): Mówi dziecko do obrazu – magazyn 9.35 ABC Wszystko wie 9.55 I kudłate i łaciate (8) – program dla dzieci 10.10 Dlaczego? Po co? Jak? (8) – magazyn 10.25 Szperacze.tv (11) 11.00 Janosik (2/13): Zbójnickie prawa 12.00 Legendy regionalne: Tajemnice Karolinki 12.10 Łamigłówka 12.20 Pamiętaj o mnie 12.40 Ojciec Mateusz (148): Ślady przeszłości 13.30 KucinAlina (23) 14.00 Na dobre i na złe (583): Trauma 15.00 Moja rzeka – film dokumentalny 15.30 Niezapomniane koncerty Opole 2014 – recital Edyty Geppert 16.00 Kulturalni PL (236) – magazyn 17.00 Słownik polsko@polski 17.25 Łamigłówka 17.30 Teleexpress 17.55 M jak miłość (1114) 18.50 Łowcy śmiechu: Koń Polski (4) – program kabaretowy 19.45 Dobranocka: Baśnie i bajki polskie (20): Zuzanka i Utopce 20.05 Czas honoru: Powstanie (12): Warszawa – serial TVP 20.55 Wiadomości 21.15 Sport 21.30 Pogoda 21.35 Pamiętaj o mnie 22.00 Polacy tu i tam 22.40 Wiedźmin – film fantasy Polska (2001); reż.: Marek Brodzki; wyk.: Michał Żebrowski, Grażyna Wolszczak, Zbigniew Zamachowski, Marek Walczewski, Anna Dymna, Dorota Kamińska, Maciej Kozłowski, Ewa Wiśniewska, Olgierd Łukaszewicz, Maria Peszek 0.45 Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

7.00 Echa dnia 7.15 Pogoda 7.20 Echa dnia – komentarze 7.35 Przystanek Ziemia (80) 8.05 Ślizz (14) 8.35 Wstęp wolny – z kulturą 9.05 Dla niesłyszących Misja Integracja OPP 9.20 Wokół nas – pogoda 9.25 Co u nas? 9.35 Glob 10.00 Pomysł na sukces 10.10 Pogoda 10.15 Wiara i życie 10.35 Pogoda na narty 10.45 Zimowa jazda 11.00 Doktor Ewa (2/9): Cena lekcji 11.55 Rączka gotuje 12.25 Po obu stronach Odry: Romska Akademia Mediów, Pomerania 12.40 Europa z bliska (11) 13.00 Mój Nikifor – dramat produkcji polskiej 14.35 Co u nas? 14.35 Naturalnie tak (68) 14.55 Chiny kolebka herbaty – film dok. 16.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... 16.15 Wokół nas – pogoda 16.15 Reportaż 16.30 Eurowiadomości 16.45 Zapiski Łazęgi: Choszczeńskie refleksje 17.00 1200 Muzeów (2): Muzeum Historii Kolei w Częstochowie; Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce 17.30 Pogoda 17.35 Ślizz 17.45 Pod Tatrami 17.55 Filmoteka Małopolska 18.20 Kronika kulturalna 18.27 Mandaty/Omiń korki 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.05 Parafia z sercem 19.25 Muzyczny kalejdoskop 19.48 Raport pogodowy 2014 19.50 Kwartet 20.15 Pogoda na narty 20.25 Telezakupy 21.00 Naturalnie tak (68) 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Pogoda 21.45 Nożem i widelcem 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.16 Raport pogodowy 2014 22.18 Speed 2 22.27 Od początku do końca i początku – cykl dokumentalny 23.05 Kultowe rozmowy (72) 23.35 Archiwum Zbrodni: Wampir (dozwolone od lat 16) 23.50 Obrońcy (2): Areszt wydobywczy – studium Stanisława Żółtka 0.15 Chiny kolebka herbaty – film dok.

POLSAT

5.00 Wstawaj! Gramy! 6.00 Nowy dzień z Polsat News 7.45 Jeźdźcy smoków – serial 8.15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (24-26) – serial animowany 9.45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów 22 (1) 10.15 Ewa gotuje 10.45 Nasz nowy dom – reality show 11.45 Top Chef 4 – reality show 13.15 Hell's Kitchen – Piekielna kuchnia 3 (1) – reality show 14.45 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 15.45 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 16.45 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny produkcji polskiej 17.45 Siołki – serial paradokumentalny 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy produkcji polskiej 20.05 Celebryty Splash – reality show 22.05 Twoja twarz brzmi znajomo 3 0.05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 3 2.00 Tajemnice losu

tvn

5.30 Uwaga! – magazyn reporterów 5.50 Mango 7.55 Detektywi – serial

fabularnodokumentalny Polska 8.30 Dzień dobry TVN 11.00 Na Wspólnej (2030-2033) – serial obyczajowy 12.45 Mąż czy nie mąż – serial komediowy Polska 13.20 Nie rób scen – serial komediowy 13.55 You can dance – po prostu tańcz – program rozrywkowy 15.00 Project Runway – reality show 16.05 Mam Cię! – program rozrywkowy 17.25 Odlotowy ogród – magazyn poradnikowy 18.00 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 19.00 TVN Fakty, sport i pogoda 19.45 Uwaga! 20.00 Mali giganci – program rozrywkowy 21.50 Kac Vegas – komedia USA/Niemcy (2009) 0.05 Walentynki – horror USA/Australia (2001) 2.05 Uwaga! – magazyn reporterów 2.25 Sekrety magii

TVN 7

6.15 Szymon Majewski Show – program rozrywkowy 7.25 Mango 9.30 Castle (5, 6) – serial kryminalny 11.30 Bananowy doktor – serial obyczajowy 12.30 Odlotowe dzieciaki – komedia przygodowa USA (2006) 14.40 Legalna blondynka 2 – komedia USA (2003) 16.45 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany Australia/USA (2006) 19.00 Glupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda – komedia USA (2003) 20.50 Zanim odejdą wody – komedia USA (2010) 22.55 Ekipa wyrzutków – thriller USA (1999) 0.55 Sekrety magii

TV 4

7.10 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show – serial animowany 7.40 Klub przyjaciół Myszki Miki – serial animowany 8.10 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show – serial animowany 8.40 Jacke i piraci z Nibylandii (1) – serial animowany 9.15 Pies wampir – film familijny Kanada (2012) 11.05 Zathura. Kosmiczna przygoda – film familijny USA (2005) 13.15 Wszystko o psach – serial przyrodniczy 14.15 Przygody Merlina (5, 6) – serial fantasy 16.15 Zaginiony świat: Park jurajski – film przygodowy USA (1997) 19.00 Galileo – program popularnonaukowy 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 2 – serial kryminalny 21.00 Hawaje 5-0 (20, 21) – serial kryminalny 23.00 Zwykła sprawiedliwość – dramat sensacyjny USA (2014) 1.05 Włatec móch. Ćmoki, czopki i mondzioly – film animowany Polska (2009)

PULS

7.00 Taki jest świat 8.00 Rodzinny ogród 3 (1) – serial dokumentalny 8.30 Boso przez świat – cykl reportaży 11.30 Niania 2 (27-29) – serial komediowy 12.35 Niania 3 (31, 33, 35) – serial komediowy 14.05 Przypadki Cezarego P. (1, 2) – serial komediowy 15.50 13 posterunek 2 (12-16) 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany 20.00 Żądza śmierci – film sensacyjny USA/Kanada (2009) 22.00 Druhny – komedia romantyczna USA (2011) 0.45 Ostra jazda – komedia USA (2000) 2.40 Zobacz to!

PROPOZYCJE NA SOBOTĘ

TVP2, GODZ. 20.05

● **PIRACI Z KARAIBÓW: SKRZYNIKA UMARLAKA** – Film przygodowy produkcji amerykańskiej z 2006 roku. Awanturnik Jack Sparrow musi spłacić dług zaciągnięty przed laty u straszliwego Davy'ego Jonesa, kapitana widmowego Latającego Holendra. Davy żąda, aby Jack odnalazł tajemniczą Skrzynię Umarlaka. Jeśli tego nie zrobi, zostanie skazany na wieczne potępienie. Sparrow musi ratować własną duszę. Wraz z dwójką przyjaciół, Willem i Elizabeth, którzy także znaleźli się w niebezpieczeństwie, wyrusza na poszukiwania skarbu.

★★★

TVN, GODZ. 21.50

● **KAC VEGAS** – Komedia produkcji amerykańsko-niemieckiej z 2009 roku. Doug (Justin Bartha) jedzie z przyjaciółmi, Philem (Bradley Cooper), Stu (Ed Helms) i Alanem (Zach Galifianakis), na swój wieczór kawalerski do Las Vegas. Kumple zaliczają kolejną imprezę, nie żałując sobie alkoholu. Rano niczego nie pamiętają. Odkrywają, że Doug zniknął, w ich pokoju jest niemowlę, a w łazience spaceruje tygrys. Muszą odkryć, co wydarzyło się minionej nocy.

★★★

TVP I, GODZ. 21.40

● **ZA SZYBCY, ZA WŚCIEKLI** – Amerykańsko-niemiecki film sensacyjny z 2003 roku. Brian O'Conner stracił pracę w policji, gdyż umożliwił ucieczkę aresztowanemu Dominicowi Toretto, uczestnikowi nielegalnych wyścigów. Teraz zarabia, biorąc udział w ulicznych wyścigach w Miami. W trakcie kolejnego startu zostaje zatrzymany przez miejscowych stróżów prawa. Chcąc się zrehabilitować, zgadza się podjąć misję, której celem jest zdezasowanie Carla Verone'a, bossa narkotykowego. Przyjaciół z czasów szkolnych, Roman „Ro” Pearce, pomaga Brianowi w ryzykownej akcji. Obaj zdobywają zaufanie Verone'a, który zatrudnia ich jako kierowców.

★★★

TVP II, GODZ. 22.45

● **SZYFRY WOJNY** – Dramat wojenny produkcji amerykańskiej z 2002 roku. Podczas walk na Pacyfiku Amerykanie wykorzystują Indian z plemienia Navajo jako szyfrantów. Ich język jest podstawą niezrozumiałego dla Japończyków kodu, a szyfranci to żywe maszyny kodujące. Oficer Joe Enders ma ochraniać jednego z Indian. Bez względu na żołnierza piechoty morskiej ma za sobą traumatyczne przeżycia – poświęcił oddział, by wykonać rozkaz utrzymania placówki. Towarzysząc szyfrantowi Benowi Yahzee, ma za wszelką cenę strzec tajemnicy kodu. Oznacza to, że w razie dostania się w ręce wroga Ben musi zginąć.

Restauracja „Piastowska” Zaprasza !!!

pon.-czw. 11.00-21.00
pt.-sob. 11.00-22.00
niedz. 12.00-21.00

12 648 27 26
606 205 558

os. Na Lotnisku 4
(przeniesiona do restauracji Wanda)

www.piastowska42.fm.interia.pl
http://piastowska42.fm.interia.pl

wesela ♦ komunie
♦ chrzty ♦ stypy itp.

ORGANIZUJEMY
PRZYJĘCIA OKOLICZNOŚCIOWE
na każdą okazję i kieszeń
w lokalu lub w miejscu wskazanym przez klienta

HURTOWE CENY OPON

bestOPONY.pl

Bulwarowa 33a

- ✓ najlepsza oferta w Krakowie
- ✓ gwarancja producenta
- ✓ możliwość montażu na miejscu*

tel. 12 644 00 20

502 604 276

sklep@bestopony.pl

www.bestopony.pl

GOODYEAR DUNLOP FULDA Sava DEBICA BRIDGESTONE
Firestone DAYTON MICHELIN Kleber KORMORAN YOKOHAMA

HANBUD
OKNA I DRZWI
rok założenia 1999

os. Niepodległości 3
tel. 12 640-09-90
DRZWI • OKNA • BRAMY
OGRODZENIA

MAMY NAJLEPSZE CENY NA KRYZYS

KORZYSTNE RATY

SPRZEDAŻ • MONTAŻ • SERWIS
www.hanbud.com.pl

TVP1

5.45 Kopciuszek (38) – serial obyczajowy TVP 6.05 Kopciuszek (39) 6.30 My Wy Oni – magazyn 7.00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 8.00 Tydzień 8.30 Magazyn Ligi Mistrzów 9.00 Ziarno: Święty Józef Kaliski – magazyn 10.00 Ranczo (1): Nowe wyzwania – serial obyczajowy TVP; reż.: Wojciech Adamczyk; wyk.: Ilona Ostrowska, Cezary Żak, Paweł Królikowski, Marta Lipińska, Franciszek Pieczka, Artur Barciś, Emilia Komarnicka, Jeff Butcher, Magdalena Wali-górska, Anna Iberszer 10.55 Agenci T.A.R.C.Z.Y. (2/22) – serial USA (2013) 11.50 Między ziemią a niebem – magazyn 12.00 Anioł Pański 12.10 Między ziemią a niebem 12.50 Talianka (2/8) – serial Ukraina/Rosja (2014) 14.00 Skoki Narciarskie: Puchar Świata – Oslo (konkurs indywidualny) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.30 Strażacy (3/10) – serial TVP 18.30 Jaka to melodia? (3056) – teleturniej muzyczny 19.20 Wiadomości naukowe – magazyn 19.30 Wiadomości 20.00 Sport 20.10 Cavaliada Tour 2014/15 – felieton 20.10 Pogoda 20.25 Ranczo (2): Bardzo krótkie kariery – serial obyczajowy TVP 21.25 Zakochana Jedynka: Jeden dzień – film obyczajowy USA (2011); reż.: Lone Scherfig; wyk.: Anne Hathaway, Jim Sturgess, Ken Stott 23.25 Za szybcy, za wściekli 2 – film sensacyjny Niemcy/USA (2003); reż.: John Singleton; wyk.: Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes, Cole Hauser 1.20 Maria z Nazaretu (2/4) – serial Włochy, Niemcy (2012) 2.20 Oszustwo (2/11) – serial USA (2013) (dozwolone od lat 16) 3.15 Anna German – prawdziwe życie – film dokumentalny Rosja (2006); reż.: Georgij Ananov 4.05 Zakończenie dnia

TVP2

5.25 Dla niesłyszących: Słowo na niedzielę 5.35 Bliskie i groźne spotkanie Steve'a (1/26) – serial dokumentalny Wielka Brytania (2010); reż.: James Brickell 6.15 M jak miłość (1126) – serial TVP 7.10 Barwy szczęścia (1253) – serial obyczajowy TVP 7.35 Barwy szczęścia (1254) 8.05 Barwy szczęścia (1255) 8.40 Barwy szczęścia (1256) 9.20 Rodzinne oglądanie: Dzika Ameryka: Szkoła przetrwania (3/5) – serial dokumentalny USA (2013) 10.15 Biegi narciarskie: Puchar Świata – Oslo (30 km kobiet) 12.25 Gwiazdy w południe: Gang Olsena – komedia sensacyjna Dania (1968); reż.: Erik Balling; wyk.: Ove Sprogøe, Morten Grunwald, Peter Steen, Kirsten Walther 14.00 Familia-da (2185) – teleturniej 14.40 Rodzinka.pl (132/156): Powrót – serial komediowy TVP 15.15 Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy (2) – program rozrywkowy 16.25 Na dobre i na złe (590): Wypowiedzenie – serial TVP 17.25 Na sygnale (25): Ślubuję Ci miłość, wierność... – serial fabularny TVP 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Rodzinka.pl (133): Ból rozstania – serial komediowy TVP 19.20 Rodzinka.pl (134): Miłosne manewry 20.05 Kabaretowa Scena Dwójki przedstawia: Kabaret K 2 i goście – program kabaretowy 21.10 Służby specjalne (3) – serial TVP (dozwolone od lat 16) 22.00 Paranie-normalni Tonight (3) – program rozrywkowy 22.55 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka – film przygodowy USA (2006); reż.: Gore Verbinski; wyk.: Johnny Depp, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Bill Nighy 1.35 Drzazgi – film obyczajowy Polska (2008); reż.: Maciej Pieprzyca; wyk.: Karolina Piechota, Antoni Pawlicki, Marcin Hycnar, Krzysztof Ogłóza, Michał Pieczatowski, Marcin Łuczak, Agnieszka Ju-

dycka, Jacek Braciak, Krzysztof Globisz, Tomasz Karolak 3.30 Gang Olsena – komedia sensacyjna Dania (1968); reż.: Erik Balling; wyk.: Ove Sprogøe, Morten Grunwald, Poul Bundgaard, Peter Steen, Kirsten Walther 4.50 Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.35 Muzeum Polskiej Piosenki (42): „Zaczynaj od Bacha” – Zbigniew Wodecki 6.45 Gala Piosenki Biesiadnej: Biesiada bez granic 7.50 1200 Muzeów (7): Muzeum Historyczne w Sanoku, Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku 8.20 Polacy tu i tam – magazyn polonijny (90) 8.50 Zapiski Łazęgi: Borne Sulinowo – felieton 9.00 Łamigłówna 9.05 Petersburgski Music Show (17) – program muzyczny 9.40 Ziarno: Święty Józef Kaliski 10.10 Komediantka (8) – serial TVP 11.15 Pamiętaj o mnie 11.35 Mój pies i inne zwierzęki – magazyn 11.50 Między ziemią a niebem – magazyn 12.00 Anioł Pański 12.10 Między ziemią a niebem 12.45 Pod Tatrami – cykl reportaży 13.00 Transmisja Mszy Świętej z kościoła pw. św. Kazimierza w Szczecinie 14.20 Piknik Country Mragowo: Niezapomniane przeboje 15.20 Okrasa lamie przepisy: Smaki Czesława Miłosza 15.50 Alchemia zdrowia i urody 16.05 Skarby prowincji: Skarby prowincji 2 (10) – cykl reportaży 16.25 Natury Dzieła Wybrane: Łódź (3) 16.55 Made in Poland – teleturniej 17.25 Łamigłówna 17.30 Teleexpress 17.50 M jak miłość (1115) – serial TVP 18.45 „Czterdzieści” – recital jubileuszowy Wojciecha Młynarskiego (1) 19.45 Dobranocka: Maurycy i Hawranek (1): Wszystko skreślałam 20.00 Wiadomości 20.25 Sport 20.35 Pogoda 20.45 Blondynka (28): Tam i z powrotem 21.40 Pamiętaj o mnie 22.00 Tygodnik.pl 23.00 Komediantka (8) 0.05 Petersburgski Music Show (17) 0.45 Powtórki programów



TELEWIZJA KRAKÓW

7.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... 7.15 Reportaż 7.30 Pogoda 7.35 Rok w ogrodzie 8.05 Męska strefa 8.35 Rączka gotuje 9.05 Echa tygodnia – kraj 9.15 Wokół nas – pogoda 9.20 Mój pies i inne zwierzęki 9.30 Co u nas? 9.30 Dekorady 10.00 Pod Tatrami 10.10 Pogoda 10.15 Kwartet 10.42 Uwolnić Dobro 10.55 Mandaty/Omiń korki 11.00 Barbara i Jan: Niepowtarzalne zdjęcia 11.40 Kultowe rozmowy (72) 12.15 Głos Regionów 13.05 Co u nas? 13.15 Jeździectwo: Cavaliada Warszawa – Konkurs Grand Prix 15.45 Powrót do przeszłości (21) 16.00 Młodzież kontra 17.00 Było, nie minęło 17.25 Wokół nas – pogoda 17.30 Pogoda 17.35 Romska Akademia Mediów 17.50 Pomysł na sukces 18.00 Krakowskim targiem 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Polityka Bliziej 19.05 Twarze Małopolski 20.00 Raport pogodowy 20.02 Muzyczny kalejdoskop 20.30 1200 Muzeów 21.00 Echa tygodnia – kraj 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Pogoda 21.45 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.18 Kronika Sportowa 22.30 Jedź bezpiecznie 22.40 Tematy dnia 23.00 Dla niesłyszących: Telekurier extra 23.35 Małe wiktoriańskie sekrety – film dokumentalny Wielka Brytania (2010)



POLSAT

5.00 Wstawaj! Gramy! – program muzyczny 6.00 Nowy dzień z Polsat News 7.45 Jeźdźcy smoków – serial animowany dla dzieci 8.15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (2, 3) – serial anim. 9.15 Scooby-Doo: Kłątwa potwora z głębin jeziora – komedia USA (2010) 11.00 Obłędny rycerz – komedia przygodowa USA (2001) 13.45 Celebrity Splash! – reality show 15.45 Twoja twarz brzmi znajomo 3 – program rozrywkowy 17.45 Nasz nowy

dom – reality show 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda 19.30 Państwo w państwie – pr. publicystyczny 20.05 Tylko muzyka. Must be the music 9 (1) – program rozrywkowy 22.05 Zastępca – film sensacyjny USA/Rumunia (2006) 0.05 Zdrady – serial paradokumentalny 1.05 Sport – retransmisje – magazyn sportowy 3.00 Tajemnice losu

tvn

5.30 Uwaga! 5.50 Mango 7.55 Maja w ogrodzie – magazyn ogrodniczy 8.25 Akademia ogrodnika – magazyn ogrodniczy 8.30 Dzień dobry TVN 11.00 Co za tydzień – magazyn 11.35 Odlotowy ogród – magazyn poradnikowy 12.10 Prawo Agaty – serial obyczajowy 13.10 Mali giganci – program rozrywkowy 15.00 Podróż na tajemniczą wyspę – film przygodowy USA (2012) 17.00 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 18.00 Piekielny hotel – program rozrywkowy 19.00 TVN Fakty, sport i pogoda 19.45 Uwaga! – magazyn reporterów 20.00 Mam Cię! – program rozrywkowy 21.20 Mąż czy nie mąż – serial komediowy 21.50 Nie rób scen – serial komediowy 22.25 Na językach – magazyn 23.30 Iron Man 3 – film s.f. USA/Chiny (2013) 2.05 Uwaga! – magazyn reporterów 2.25 Sekrety magii

TVN 7



5.30 Szymon Majewski Show – program rozrywkowy 6.40 Męski typ – program rozrywkowy 7.10 Mango 9.15 Dwoch i pół – serial komediowy USA 9.50 Castle (7, 8) – serial kryminalny USA 11.50 Bananowy doktor – serial obyczajowy 11.50 Agenci NCIS 8 – serial sensacyjny USA 13.50 Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda – komedia USA (2003) 15.35 Szerzyf z Firecreek – western USA (1967) 17.50 Heca w zoo – komedia romantyczna USA (2011) 20.00 Lara Croft Tomb Raider. Kolebka życia – film przygodowy USA/Niemcy/Japonia/Wielka Brytania/Holandia (2003) 22.30 Tajemnice Laury – serial kryminalny USA 23.35 Czysta gra – film sensacyjny USA (1995) 2.30 Sekrety magii

TV 4

6.00 Komisarz Rex 14 – serial kryminalny 7.10 Scooby-Doo & Scrappy Doo show – serial animowany 7.40 Klub przyjaciół Myszyki Miki – serial animowany 8.10 Scooby-Doo & Scrappy Doo show – serial animowany 8.40 Garfield ucieka z komiksu – film animowany USA (2007) 10.15 Galileo (473, 474) – program popularnonaukowy 12.15 Przygody Merlina (5, 6) – serial fantasy 14.15 Karmazynowy przyływ – thriller USA (1995) 16.45 Goście – komedia Francja (1993) 19.00 Galileo – program popularnonaukowy 20.00 Zaginiony świat: Park jurajski – film przygodowy USA (1997) 22.45 The Box. Pułapka – thriller s.f. USA (2009) 1.15 Brudna forsza – film sensacyjny USA/Arabia (2002) 3.20 Interwencja – magazyn reporterów 4.00 Dico Polo Live – program muzyczny



PULS

6.00 Rodzinny ogród 3 (1) – serial dokumentalny 6.35 Allo, allo (3-5) – serial komediowy 8.50 Boso przez świat – cykl reportaży 10.00 Aukcja w ciemno (11, 12) – serial dokumentalny 11.00 Uciekające kurczaki – film animowany Wielka Brytania (2000) 12.45 Powrót do przyszłości 3 – komedia s.f. USA (1990) 15.15 Krokodyl Dundee 2 – komedia przygodowa USA/Australia (1988) 17.30 Przypadki Cezarego P. (2, 3) – serial komediowy 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany 20.00 Kula w łeb – film sensacyjny USA (2012) 21.55 Z Nation (5, 6) – serial grozy 23.45 Atak jurajski – horror USA (2013) 1.45 Zobacz to!

CHAŁUPY PRZY UL. UJASTEK

W trakcie badań archeologicznych pozyskiwane są najróżniejsze przedmioty takie jak: fragmenty naczyń glinianych, narzędzia krzemienne, przedmioty metalowe czy kości. Wnoszą one do nauki wiedzę o codzienności i kulturze materialnej ludzi żyjących setki lat temu. Prócz tych namacalnych artefaktów odkrywanych i dokumentowanych są też relikty pradawnych piwniczek, studni, palenisk czy wreszcie ówczesnych domów.



Niedawne wykopaliska na stanowisku 55 w Mogile (rejon Kopca Wandy) ujawniły zespół kilku jam. Obiekty te zostały zinterpretowane jako obiekty mieszkalne. Łącząc je należy do ludności kultury łużyckiej, która żyła na terenie Nowej Huty między XIII a V wiekiem p.n.e.

Dzisiaj budowa domu nie jest specjalnie trudnym zadaniem. W zależności od posiadanych pieniędzy architekt stworzył projekt nawet najdziwniejszego budynku, a ekipa budowlana wykonała go ze szczegółami. W przedziejach ludzie napotykali trudności zarówno w kwestii dostępności budulca – drewna zwykle sosnowego lub dębowego, jak i specjalistycznego sprzętu do jego obróbki. Mieli do dyspozycji dość proste kamienne topory, krzemienne lub brązowe siekiery, drewniane kliny, rogowe młotki itp.

Dla archeologa uznanie odkrytej jamy za obiekt, który służył w przedziejach za dom nie jest prostym zadaniem. Wiąże się to z niezbyt dobrym stanem ich zachowania, a też często z niewielkimi płaszczyznami przeznaczonymi pod badania, które to utrudniają połączenie poszczególnych elementów (np. szerego jam postępujących w logiczną całość. Rekonstrukcje domów wzbudzają kontrowersje i nie są jednoznaczne. Jest co prawda kilka kryteriów, które obiekt mieszkalny musi spełnić by mógł być nazywany chatą. Z pomocą przychodzi też dostępne źródła etnograficzne (budownictwo w skansenach) i archeologiczne (np. Biskupin), ale niejednokrotnie i tak nie ma 100% pewności, że to „coś” co zostało odsonięte stanowi relikty domu.

W kulturze łużyckiej dominowały dwa typy budownictwa mieszkalnego – naziemne o konstrukcji słupowej i zrębowej oraz budowle zagłębione w ziemię – ziemianka/półziemianka. Najczęściej spotykane są obiekty mieszkalne o konstrukcji słupowej. Są to obiekty, których szkielet został wzniesiony w oparciu o pionowo wstawione słupy – tzw. łątki, wkopane lub wbijane w ziemię. Miały one podłużnie wyżłobione wąskie rowki (tzw. pazy), w które wkładano sumiki. Szpary w ścianach uszczelniano gliną lub mchem. Czasem ściany wznoszone były techniką ple-

cionkową. Budowano je przeplatając gałęzie brzozy lub leszczyny między słupami. Plecionkę po stronie wewnętrznej i zewnętrznej oblepiano warstwą gliny. Budynki zrębowe, bardzo trudne do uchwycenia przez archeologów, tworzone układając poziomo ponad sobą belki, krzyżujące się w narożnikach. Zwykle powierzchnia użytkowa takich domów mieściła się w granicach 15-20 m². Miały też jedną, ewentualnie dwie izby, a czasem przedsionek.

Budynki zagłębione w ziemię tzw. ziemianki/półziemianki miały ściany budowane w podobny sposób jak budynki naziemne z tym, że część zagłębiona była w ziemi na co najmniej kilkadziesiąt centymetrów. Ich powierzchnia to minimum 4 m², a kształt miały zwykle czworokątne lub lekko owalne, w profilu ściany były prostopadłe lub lekko ukośne, a dno było płaskie. Czasem półziemianka posiadała palenisko, a czasem piwniczkę.

Problematyczną sprawą są dachy. Przypuszcza się, że były dwuspadowe budowane na sochę (długi słup z jednej strony zagłębiony w ziemi, z drugiej, rozwidlony sięgał szczytu domu) i ślęmię (pozioma belka układana na rozwidleniu sochy). Do ślęmienia przymocowane były krokwie, które opierały się na ścianach domu. Poszycie dachu stanowiła słoma, trzcina lub plecionka pokryta gliną.

Niestety, niezmiernie rzadko archeolodzy natrafiają na konstrukcje wewnętrznych części domów. Znaną są podłogi wykonane z gliny, drewna lub wysypane piaskiem. Paleniska, które pełniły rolę piecy grzewczych jak i kuchennych umieszczano w pobliżu wyjścia z domu lub na zewnątrz, ale w pobliżu półziemianki. Zbudowane były z kamieni polnych, gliny, żwiru zwykle zagłębione w ziemi.

Nietrwałość materiałów, z których budowano domy w przedziejach utrudnia interpretację jam odkrywanych przez archeologów. Dlatego ważne jest by dokumentować każdy nawet najmniejszy ślad człowieka odkrywany przypadkowo czy na systematycznych wykopaliskach.

Irena Wójcik
Fot. Beata Grabowska

TVP1

5.30 Telezakupy 6.05 Sprawa dla reportera 6.55 TVP INFO w TVP 1: Serwis Info Poranek 7.40 Życie dla Ciebie. 10 mniej. Zwolnij! – cykl reportaży 8.00 Wiadomości 8.05 Pogoda poranna 8.10 Polityka przy kawie 8.35 Jaka to melodia? (3056) – teleturniej muzyczny 9.25 Klan (2716) – telenowela TVP 9.55 Ojciec Mateusz (131): Doskonała – serial kryminalny TVP 10.50 Wspaniałe stulecie 2 (96) – serial kostiumowy Turcja (2011) 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes 12.40 Przepis dnia (186) – magazyn 12.45 Cavaliada Warszawa – podsumowanie 13.55 Autostrada do nieba (48/111) – serial USA (1984) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Okrasa łamie przepisy: Konkurs na najlepsze pierś – magazyn kulinarny 15.50 Wspaniałe stulecie 2 (97) – serial kostiumowy Turcja (2011) 17.00 Telexpress 17.15 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (3057) – teleturniej muzyczny 17.55 Klan (2717) – telenowela TVP 18.30 Świat się kręci (300) – widowisko publicystyczne 19.20 Przepis dnia (187) – magazyn 19.30 Wiadomości 20.00 Sport 20.10 Pogoda 20.25 Teatr Telewizji: Perty Millennium: Amazonia – spektakl teatralny; reż.: Bodo Kox; wyk.: Aleksandra Domańska, Klara Bielawka, Marcin Dorociński, Adam Woronowicz, Jakub Gierszał, Lesław Żurek, Aga Bogdan 22.15 Oto historia: Towarzysz Wiesław od agitatora do dyktatora – film dokumentalny 23.25 Jeden dzień – film obyczajowy USA (2011); reż.: Lone Scherfig; wyk.: Anne Hathaway, Jim Sturgess, Ken Stott 1.20 Londyńczycy (9/13) – serial obyczajowy TVP 2.05 Londyńczycy (10/13) 3.00 Notacje: Tomasz Niewodniczański. Mickiewicz na masce samochodu – cykl dokumentalny 3.15 Autostrada do nieba (48/111) – serial USA (1984) 4:15 Zagadkowa Jedynka 4.40 Zakończenie dnia

TVP2

5.40 M jak miłość (748) 6.35 Coś dla Ciebie 7.05 M jak miłość (749) 11.10 Barwy szczęścia (1256) 11.45 Na dobre i na złe (493): Oświadczyły 12.45 Hity kabaretu Neo-Nówka 13.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat: Korek 14.20 Licencja na wychowanie (7/101) 14.55 Na sygnale (6/26): Człowiek bez przeszłości 15.25 Reporter Polski – magazyn 16.00 Panorama Kraj 16.25 Pogoda Kraj 16.35 O mnie się nie martw 2 (2/13) 17.25 Newton: Kosmiczna turystyka – cykl dokumentalny Austria (2014) 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu (11/84) – teleturniej 19.30 Barwy szczęścia (1256) – serial obyczajowy TVP 20.05 Barwy szczęścia (1257) – serial obyczajowy TVP 20.45 M jak miłość (1127) – serial TVP 21.40 Kulisy serialu „M jak miłość” (860) 21.50 Tomasz Lis na żywo – talk-show 22.55 Czy świat oszalał?: Nieznane powstanie w Arabii Saudyjskiej – film dokumentalny Wielka Brytania (2014); reż.: Safa Al. Ahmad 23.55 Moja krew – dramat Polska (dozwolone od lat 16) 1.35 Czas honoru: Powstanie (7): Nadajnik i morfina – serial TVP 2.35 Tomasz Lis na żywo – talk-show 3.40 Nieznane powstanie w Arabii Saudyjskiej – film dokumentalny Wielka Brytania (2014) 4.25 Zakończenie programu

TV POLONIA

6.10 Magazyn kulturalny 6.40 Szlakiem Kolberga: Stanisław Soyka 7.05 Po obu stronach Bałtyku: Rozmówki polsko-skandynawskie 7.25 Janka (15): Licytacja 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.10 Made in Poland – teleturniej 11.40 BarOn24 (21): Uzdrowiciel 12.05 Barwy

szczęścia (1197) 12.30 Łamięłowa: Województwo Mazowieckie 12.35 Wiadomości 12.50 Blondynka (28): Tam i z powrotem 13.45 Tygodnik.pl – magazyn 14.40 Kulturalni PL (236) 15.50 Notacje: Adam Kilian. Jestem prawdziwym lwowiakiem 16.05 Szlakiem Kolberga: Stanisław Soyka 16.35 Libera: Przewodnik po sztuce (9): Socrealizm 16.55 BarOn24 (21): Uzdrowiciel 17.20 Polonia w Komie (691) 17.30 Telexpress 17.50 Łamięłowa: Województwo Mazowieckie 17.55 Sensacje XX wieku: Wojna cesarzy 18.25 Studio Wschód 18.55 Barwy szczęścia (1197) 19.25 Po obu stronach Bałtyku: Rozmówki polsko-skandynawskie 19.45 Dobranocka: Miś Uszatek: Królowa Kleopatra 20.00 Wiadomości 20.25 Sport 20.35 Pogoda 20.45 Łamięłowa: Województwo Mazowieckie 20.50 Miłość nad rozlewiskiem (11/13) 21.45 Polonia w Komie (692) 22.00 Racja stanu (7) 22.45 Tomasz Lis na żywo 23.45 Naszaarmia.pl (152) 0.10 Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.35 Mamy to! (2) Turystyka 7.20 Naturalnie tak (68) 7.25 Wokół nas – pogoda 7.30 Pogoda 7.31 Na rynku pracy 7.40 Telezakupy 8.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 8.20 Pogoda 8.30 Raport z Polski 9.15 Plebania (19) 9.35 Plebania (20) 10.05 Co u nas? 10.08 Przechodzień codzienny 10.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 10.40 Pogoda 10.45 Młodzież kontra 11.45 Przystanek Ziemia 12.05 Co u nas? 12.15 Ślizg (14) 12.40 Wokół nas – pogoda 12.45 Agrobiznes 13.15 Dziennik regionów – tematy dnia 13.17 Wokół nas – pogoda 13.25 Plebania (21) 13.45 Plebania (22) 14.15 Przechodzień codzienny 14.30 Uczeń czarnoksiężnika – refleksje prof. Karola Modzelewskiego 15.25 Antenowe remanenty 15.35 Co u nas? 15.45 Raport z Polski OPP 16.20 Dziennik regionów – tematy dnia 16.30 Czas na Pracę! Praca na Czasie! 16.55 Wokół nas – pogoda 17.00 Astronarium (3) 17.30 Kronika – zapowiedź 17.32 Pogoda 17.34 Raport pogodowy 17.35 Nowohucka Kronika Filmowa 17.45 Speed 2 17.55 Romska Akademia Mediów 18.10 Jedź bezpiecznie 18.20 Na Pogórze 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.05 Magazyn Aktywni 60+ 19.30 Prosto z lasu 19.45 Na rynku pracy 19.55 Pogoda 19.58 Raport pogodowy 20.00 Region. Ludzie, sprawy, opinie 20.24 Telezakupy 20.55 Pogoda 21.00 Echa dnia 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Echa dnia – komentarze 21.55 Pogoda 21.57 Co u nas? 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.17 Raport pogodowy 22.18 Pomysł na sukces 22.30 Co u nas? 22.40 Dla niesłyszących: Telekurier 23.15 Uczeń czarnoksiężnika – refleksje prof. Karola Modzelewskiego

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 9.00 Malanowski i partnerzy – serial 10.00 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial fabularno-dokumentalny 12.00 Pielęgniarki – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 14.45 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody 16.15 Interwencja 16.30 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny 17.00 Dlaczego ja? – serial fabularno-dokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy 20.05 Niepowstrzymany – thriller USA (2010) 22.05 xXx: Następny poziom – film sensacyjny USA (2005) 0.10 Sztuka dorastania – dramat obyczajowy USA (2011) 2.00 Tajemnice losu

tvn

6.20 Mango 7.25 Odlotowy ogród – magazyn poradnikowy 8.00 Dzień dobry TVN – magazyn 10.55 Szkoła – serial paradokumentalny 12.00 Szpital – serial paradokumentalny 13.00 Piekielny hotel – program rozrywkowy 14.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 15.00 Szkoła – serial paradokumentalny 16.00 Rozmowy w toku – talk-show 17.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 18.00 Szpital – serial paradokumentalny 19.00 TVN Fakty, sport 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku – magazyn 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.50 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 21.30 You can dance – po prostu tańcz – program rozrywkowy 22.30 Żony Hollywood – program rozrywkowy 23.30 The Following – serial kryminalny 0.30 Kamufaż 2 – serial 1.30 Co za tydzień 2.00 Uwaga! 2.25 Sekrety magii

TVN 7

5.10 We dwoje – program rozrywkowy 6.30 Męski typ – talk-show 7.00 Julia – serial obyczajowy 7.35 Brzydula – serial obyczajowy 8.10 Sąd rodzinny 9.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 10.10 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 11.15 Mango 12.50 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 13.50 Szpital – serial paradokumentalny 14.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15.50 Julia – serial obyczajowy 16.25 Brzydula – serial obyczajowy 17.00 Kobieta ze stali – telenowela 18.00 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 19.00 Dr House – serial obyczajowy 20.00 Tylko góry znają prawdę – dramat obyczajowy Austria/Niemcy (2011) 21.55 Wybrani – serial sensacyjny 23.00 Lara Croft Tomb Raider. Kolebka życia – film przygodowy USA/Niemcy/Japonia/Weilka Brytania/Holandia (2003) 1.25 Sekrety magii

TV 4

7.05 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show – serial animowany 7.35 Klub przyjaciół Myski Miki – serial animowany 8.05 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show 4 – serial animowany 8.35 Jake i piraci z Nibylandii – serial animowany 9.00 Garfield Show (46, 47, 4, 5) – serial animowany 10.00 Czarodziej z Waverly Place (10, 11) – serial przygodowy 11.00 Dzikie serce – telenowela 12.00 Sekrety sąsiadów (8, 48) – serial obyczajowy 13.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 14.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 15.00 Czarodziej z Waverly Place (12, 13) – serial przygodowy 16.00 Dom nie do poznania – reality show 17.00 Dzikie serce – telenowela 18.00 Sekrety sąsiadów (9, 49) – serial obyczajowy 19.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 20.00 Śmierć na 1000 sposobów (1, 2) – serial dokumentalny 21.00 Śmierć na talerzu – serial paradokumentalny 22.00 Galileo (474, 475) – program popularnonaukowy 0.00 Spadkobiercy – program rozrywkowy 1.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 2.00 To był dzień!

PULS

6.00 Złotopolscy (140, 141) – telenowela 7.00 Nash Bridges 6 (113-115) – serial sensacyjny 9.55 Sekret 3 – telenowela 11.00 Zbuntowany anioł – telenowela 11.55 Co ludzie powiedzą? – serial komediowy 12.30 Królowa serc (62, 63) – telenowela 14.30 Niania 3 (36-38) – serial komediowy 16.00 13 posterunek 2 (16, 17) – serial komediowy 17.25 Boso przez świat – cykl reportaży 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (11-13) – serial kryminalny 22.50 Morderczy występ – thriller USA (2009) 0.30 Zobacz to!

Nasze miasto

ZATRUTE PRAWO

Czy prezydent Komorowski podpisze konwencję, która ma długi i zawily tytuł „o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet i zwalczaniu przemocy domowej”? Konwencja, przyjęta przez Radę Europy, zdominowaną przez rozmaitych lewicowych i lewackich polityków, narzuca Polsce rozwiązania prawne, które pozostają w sprzeczności z Konstytucją RP. Oczywiście nie chodzi tu o żadną przemoc, bo tytuł jest celowo mylący. Pod pozorem ochrony przed przemocą konwencja wprowadza przepisy, oparte na antychrześcijańskiej ideologii. Przede wszystkim nakazuje, aby w szkolnych programach, od przedszkola po liceum, zalecać „niestereotypowe role społeczno-kulturowe”, czyli przeciwstawiać je tradycyjnym wartościom, takim jak rodzina i małżeństwo. Nasze dzieci mają się dowiedzieć, że chociaż urodziły się chłopcami lub dziewczynkami, wcale w przyszłości nie muszą być mężczyznami czy kobietami. Mają także zostać przekonane, że rodzinę może założyć dwóch mężczyzn lub dwie kobiety. Wpajaniu dzieciom takich poglądów nie będą mogli sprzeciwić się rodzice, pomimo że artykuł 48 naszej Konstytucji gwarantuje im prawo do decydowania o kształceniu i wychowywaniu dzieci.

Oczywiście, uderzenie w rodzinę, równocześnie skierowane jest przeciwko religii, a właściwie przeciwko wszystkim religiom. Promowanie homoseksualizmu i homoseksualnych „małżeństw” ma otworzyć drogę do legalizacji wszelkich zbroczeń, w tym pedofilii czy kazirodztwa. Już dziś w wielu krajach homoseksualiści walczą o prawo do adopcji dzieci. Tym samym, obok prawa do zabijania niechcianych czy chorych dzieci, pojawia się również prawo do „posiadania” dziecka, bynajmniej nie swojego.

„Szczęśliwie Kościół w Polsce sprzeciwia się temu szaleństwu, chociaż równocześnie wielu duchownych nie widzi niczego niestosownego w popieraniu polityków, którzy lansują narzucenie Polsce lewicowych dewiacji, a przynajmniej za nimi głoszą. Warto zauważyć, że badania naukowe na Zachodzie dowiodły, że przemoc częściej niż w rodzinie pojawia się w związkach partnerskich, a jeszcze częściej w homoseksualnych oraz że najwyższy wskaźnik przemocy w rodzinie występuje w tych państwach (Dania, Szwecja), gdzie pomysły Rady Europy najwcześniej zostały wcielone w życie.

Interes, który polega na pozyskaniu głosów lewicowych wyborców, każe Platformie i występującemu w roli pacholka PSL-owi, wcielać w życie kolejne projekty, sprzeczne z polską racją stanu. Temu służy m.in. obniżanie poziomu nauczania w szkołach i zmuszanie młodych Polaków do wcześniejszego podejmowania pracy. To właśnie jest celem ustawy o obowiązku szkolnym dla sześciolatków oraz odrzucenie wniosku, podpisanego przez setki tysięcy rodziców, aby to oni sami decydowali czy ich pociechy pójdą do szkoły w wieku siedmiu czy sześciu lat. Za to, żeby utrzymać się przy władzy, rządzące dziś partie gotowe są zapłacić przyszłości własnego narodu. Zgodnie z hasłem: po nas choćby potop.

Komorowski jedździ po Polsce i nawołuje do zgody, a równocześnie jego partia niszczy i zadłuża polskie państwo. Przyjęcie szkodliwej konwencji, przeciwko której dziś protestują miliony Polaków, oznaczałoby przekreślenie polskiej tradycji i kultury. Czy ktoś, kto sobie na to pozwala, może się ludzi, że po raz drugi zdobędzie głosy większości wyborców?

RYSZARD TERLECKI

Sprawy duże i małe

ROŚNIE LICZBA EMERYTÓW

Jak wynika z danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w marcu liczba emerytów przekroczy 5 milionów osób. I będzie to rekord w historii demokratycznej Polski. Już raz mieliśmy podobną ilość emerytów w 2009 roku, ale było ich nieco mniej i proces ich przybywania wówczas uległ na kilka lat wyhamowaniu. To w tamtym roku rząd wygasił powszechne przywileje dla 55-latek i 60-latków. Wiedząc o tym kobiety urodzone w 1953 roku i mężczyźni urodzeni w 1948 roku uciekli wówczas na wcześniejsze emerytury. Wtedy to wygaszając przywileje, rząd zamknął drogę do wcześniejszego przechodzenia na emeryturę pięciu rocznikom. Te osoby musiały poczekać na osiągnięcie zwykłego wieku emerytalnego. Ponadto przybywa czterdziestoletnich emerytów wywodzących się ze służb mundurowych, bezpieki i innych zawodów. Patrz słynny „Tomek”, któremu urodziło się dziecko i zrezygnował z posłowania na jego wychowanie, bo wystarczy mu świadczenie resortowe i możliwość dorabiania. Skalę zjawiska potwierdzają dane, które mówią o powiększeniu liczby emerytów o 60 tysięcy w ciągu ostatnich 6 miesięcy ub. roku i 12 tysięcy tylko w grudniu, czyli przyrost jest progresywny.

Wiadomo, że rosnąca liczba emerytów oznacza większe wydatki ZUS na emerytury. W styczniu roku 2014 wydawali na emerytury 9,88 mld złotych miesięcznie. W tym roku styczeń zamknął się wydatkami sięgającymi kwoty 10,26 mld zł. To wzrost o 380 milionów złotych miesięcznie, co oznacza ok. 4,6 mld złotych więcej w skali roku, przy założeniu constans takiego przyrostu pobierających świadczenia, a wiadomo, że liczba ta będzie rosła niż mała.

W sytuacji, gdy obecnie co trzecia złotówka wypłacana z ZUS nie pochodzi ze zbieranych składek, a z budżetu państwa, budzi to niepokój. Rosnąca liczba emerytów powinna budzić coraz większe zaniepokojenie pracujących, albowiem z przez nich płaconych podatków, będzie trzeba przeznaczyć coraz więcej pieniędzy na wypłacane świadczenia. Może to spowodować konieczność wzrostu danin, aby podoląć rosnącym wydatkom.

Szukając jakiegoś bardziej optymistycznego spojrzenia na naszą rzeczywistość demograficzną wyczytałem, że Polska ma stosunkowo nie najgorszą populację. Odsetek osób w wieku powyżej 65 lat, do liczby tych w wieku produkcyjnym wynosi 21,6 proc. Oznacza to, że wskaźnik osób potencjalnie w wieku emerytalnym do tych, co powinni pracować nie przekracza 1 do 4. To całkiem niezły wynik, bo średnia tego wskaźnika dla krajów zrzeszonych w OECD (zrzeszającej 34 rozwinięte kraje świata) wynosi 25,5 procent, a na przykład w takich krajach jak Grecja, Francja, Belgia, Finlandia, czy Szwecja oscyluje on wokół 30 procent, a w Niemczech sięga nawet 35 proc.

Okazuje się jednak, że to nie te kraje wydają najwięcej na świadczenia emerytalne. To Polska jest rekordzistą świata w tych wydatkach, bo wydajemy na nie 11,8 proc. PKB, a w przeliczeniu każdego punktu procentowego populacji starszych osób pochłania to w naszym kraju 0,55 pkt. proc. PKB. Nawet w rozpasanej socjalnie Grecji ten wskaźnik wynosi 0,41 pkt., w bogatych Niemczech sięga 0,32 pkt., a w Wielkiej Brytanii wynosi tylko 0,2 pkt.

Świadczy to o tym, że na świadczenia emerytalne wydajemy zdecydowanie dużo więcej pieniędzy w stosunku do obecnego potencjału gospodarczego Polski oraz naszej populacji wiekowej niż inne rozwinięte kraje należące do OECD. Jeśli dzisiaj ktoś obiecuje cofnięcie przyjętej niedawno reformy emerytalnej, to po prostu buja w obłokach i okłamuje społeczeństwo, bo ciekawe skąd na to weźmie pieniądze? Czyżby z rosnących podatków? To na pewno nie spodoba się nikomu i nie zwabi młodych ludzi przebywających na emigracji z powrotem do kraju.

SŁAWOMIR PIETRZYK

TVP1

5.35 Telezakupy 6.10 Świat się kręci (300): Serwis info Poranek, Pogoda info 6.55 TVP INFO w TVP 1: Serwis Info Poranek 7.40 Historia dla Ciebie - pamięć.pl 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Polityka przy kawie 8.50 Jaka to melodia? (3057) 9.20 Klan (2717) 9.50 Ojciec Mateusz (132): Radar 10.50 Wspaniałe stulecie 2 (97) 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes 12.40 Przepis dnia (187) 12.50 Natura w Jedynce: Tajemnicza salamandra plamista 13.55 Autostrada do nieba (49/111) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Okrasa łamie przepisy: Piernikowa kuchnia Kopernika 15.50 Wspaniałe stulecie 2 (98) 17.00 Teleexpress 17.15 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (3058) 17.55 Klan (2718) 18.30 Świat się kręci (301) 19.20 Przepis dnia (188) - magazyn 19.30 Wiadomości 20.00 Sport 20.05 GOL - felieton 20.10 Pogoda 20.25 Agencji T.A.R.C.Z.Y. (3/22) (2013) 21.20 Sami swoi - komedia Polska (1967); reż.: Sylwester Chęciński; wyk.: Waclaw Kowalski, Władysław Hańcza, Zdzisław Karczewski, Ilona Kuśmierska, Jerzy Janeczek, Aleksander Fogiel, Maria Zbyszewska, Halina Buyno, Witold Pyrkosz 23.00 Doom - film science fiction USA/Wielka Brytania/Niemcy/Czechy (2005); reż.: Andrzej Bartkowiak; wyk.: Dwayne Johnson (dozwolone od lat 18) 0.50 Londyńczycy (11/13) 1.40 Londyńczycy (12/13) 2.35 Panorama obyczajów polskich początku XXI wieku: Telewizyjny opis obyczajów: O nadziei 2.50 Panorama obyczajów polskich początku XXI wieku: Telewizyjny opis obyczajów: O braku umiaru 3.10 Notacje: Czesław Lotarewicz. Łagierna zupa „bałanda” 3.30 Autostrada do nieba (49/111) - serial USA (1984) 4.25 Zagadkowa Jedynka 4.55 Zakończenie dnia

TVP2

5.40 M jak miłość (749) 6.35 Pismo Święte w moim życiu 7.05 M jak miłość (750) 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.10 Barwy szczęścia (1257) 11.45 Na dobre i na złe (494): Lekcja pokory 12.45 Paranormalni Tonight (3) 13.45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat: Na południe 14.20 Licencja na wychowanie (8/101) 14.55 Na sygnale (7/26) 15.25 Rodzinka.pl (43): Narada rodzinna 16.00 Panorama Kraj 16.25 Pogoda Kraj 16.30 Dla niesłyszących: M jak miłość (1127) 17.25 Newton: Magia fajerwerków 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu (12/84) 19.30 Barwy szczęścia (1257) 20.05 Barwy szczęścia (1258) 20.40 M jak miłość (1128) 21.40 Kulisy serialu „M jak miłość” (861) 21.50 Magazyn Ekspresu Reporterów 22.50 Świat bez fikcji: Kulisy sławy: Jak zostać gwiazdą (1/2) - serial dokumentalny Wielka Brytania (2014) 23.55 Służby specjalne (3) - serial TVP (dozwolone od lat 16) 0.55 BarOn24 (26): Ja, Baron - the best of - serial komediowy TVP 1.30 Magazyn Ekspresu Reporterów 2.35 Kulisy sławy: Jak zostać gwiazdą (1/2) - serial dokumentalny Wielka Brytania (2014) 3.35 Aida (8/13) - serial komediowy TVP 4.25 Zakończenie programu

TV POLONIA

6.10 Tygodnik Kulturalny 6.55 Słownik polsko@polski 7.25 Klementynka i Klemens - gęsi z Doliny Młynów: Gęsi stres 7.40 Klementynka i Klemens - gęsi z Doliny Młynów: Uwaga pożar 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.05 Racja stanu (7) 11.40 Okazja (8/19): Noł Spik Englisz 12.05 Barwy szczęścia (1198) 12.30 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 12.35 Wiadomości 12.50

Czas honoru: Powstanie (12): Warszawa 13.50 Natury Dzieła Wybrane: Łódź (3) 14.30 Tomasz Lis na żywo 15.35 Śladami Podlasiak: Al Capone 16.05 Tygodnik Kulturalny 16.55 Okazja (8/19): Noł Spik Englisz 17.20 Polonia w Komie (692) 17.30 Teleexpress 17.50 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 17.55 Sensacje XX wieku: Zabójstwo Roberta Kennedy'ego 18.25 Petersburgski Music Show (17) 18.55 Barwy szczęścia (1198) 19.25 Informacje kulturalne 19.45 Dobranocka: Przygód kilka wróbla Ćwirka: Mały architekt 20.00 Wiadomości 20.25 Sport 20.35 Pogoda 20.40 Łamigłówka: Województwo Mazowieckie 20.50 Ojciec Mateusz (149): Magiczne zwierciadło 21.45 Polonia w Komie (693) 22.00 Halo Polonia 22.45 Kazik „na żywo” (2) - koncert (dozwolone od lat 16) 23.45 Rozkaz sumienia (1/7): W obliczu kleśki - cykl dok. 0.10 Made in Poland - teleturniej 0.45 Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.30 Echa dnia 6.40 Pogoda 6.45 Echa dnia - komentarze 7.00 Czas na Pracę! Praca na Czasie! 7.25 Wokół nas - pogoda 7.30 Pogoda 7.31 Jedź bezpiecznie 7.40 Telezakupy 8.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 8.25 Pogoda 8.30 Raport z Polski OPP 9.15 Plebania (21) 9.40 Plebania (22) 10.05 Co u nas? 10.10 Przechodzień codzienny 10.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 10.35 Pogoda 10.45 Głos Regionów 11.45 Magazyn Aktywni 60+ 12.00 Co u nas? 12.05 Polskie rybactwo 12.15 Glob 12.40 Wokół nas - pogoda 12.45 Agrobiznes 13.15 Dziennik regionów - tematy dnia 13.17 Wokół nas - pogoda 13.25 Plebania (23) 13.45 Plebania (24) 14.20 Wokół nas - pogoda 14.21 Przechodzień codzienny 14.25 Co u nas? 14.30 Siedmiu Żydów z mojej klasy - film dok.; reż.: Marcel Łoziński 15.15 Anteny remanenty 15.45 Raport z Polski 16.20 Dziennik regionów - tematy dnia 16.30 Polska samorządna 16.55 Dla Rodziny (4): Turystyka dla rodziny 17.10 Eurowiadomości 17.30 Kronika - zapowiedź 17.32 Pogoda 17.34 Raport pogodowy 17.35 Na rynku pracy 17.45 Magazyn Medyczny 18.00 Jedź bezpiecznie 18.15 kraków.pl 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.05 Kontrapunkt 19.55 Pogoda 19.58 Raport pogodowy 20.00 Region. Ludzie, sprawy, opinie 20.24 Telezakupy 20.55 Pogoda 21.00 Echa dnia 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Echa dnia - komentarze 21.55 Pogoda 21.57 Co u nas? 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.18 Raport pogodowy 22.18 Na Pogórze 22.25 Co u nas? 22.40 Dla niesłyszących: Telekrier 23.15 Siedmiu Żydów z mojej klasy - film dok.

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.00 Trudne sprawy - serial paradokumentalny 9.00 Malanowski i partnerzy - serial paradokumentalny 10.00 Dzień, który zmienił moje życie - serial paradokumentalny 11.00 Dłaczego ja? - serial fabularno-dokumentalny 12.00 Pielegniarki - serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy - serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 14.45 Dzień, który zmienił moje życie - serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody 16.15 Interwencja 16.30 Malanowski i partnerzy - serial fabularno-dokumentalny 17.00 Dłaczego ja? - serial fabularno-dokumentalny 18.00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia 19.30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 20.05 Hell's Kitchen - Piekielna kuchnia 3 - reality show 21.40 Tajemniczy składnik - magazyn kulinarny 21.50 Leon zawodowiec - dramat sensacyjny Franca/USA (1994) 0.10 Człowiek z M-3 - komedia Polska (1968) 2.10 Tajemnice losu

tvn

6.10 Mango 7.15 Detektywi - serial fabularno-dokumentalny 7.50 Doradca smaku - magazyn 8.00 Dzień dobry TVN 10.55 Na Wspólnej - serial obyczajowy 11.25 Szkoła - serial paradokumentalny 12.25 Szpital - serial paradokumentalny 13.25 Ugotowani - program kulinarno-rozrywkowy 14.00 Ukryta prawda - serial paradokumentalny 15.00 Szkoła - serial paradokumentalny 16.00 Rozmowy w toku - talk-show 17.00 Ukryta prawda - serial paradokumentalny 18.00 Szpital - serial paradokumentalny 19.00 TVN Fakty, sport 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy 20.50 Ugotowani - program kulinarno-rozrywkowy 21.30 Prawo Agaty - serial obyczajowy 22.30 Kuba Wojewódzki - talk-show 23.30 Superwizjer - magazyn reporterów 0.05 Na językach - magazyn 1.05 Agenci NCIS: Los Angeles 2 - serial sens. USA 2.05 Uwaga! 2.30 Sekrety magii

TVN 7

4.55 We dwoje - program rozrywkowy 6.15 W-11 - Wydział Śledczy - serial fabularno-dokumentalny 7.00 Julia - serial obyczajowy 7.35 Brzydula - serial obyczajowy 8.10 Sąd rodzinny - serial fabularno-dokumentalny 9.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska 10.10 Gwiazdy wierzą w duchy - serial obyczajowy 11.15 Mango 12.50 Sąd rodzinny - serial fabularno-dokumentalny 13.50 Szpital - serial fabularno-dokumentalny 14.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15.50 Julia - serial obyczajowy 16.25 Brzydula - serial obyczajowy 17.00 Kobieta ze stali - telenowela 18.00 Gwiazdy wierzą w duchy 19.00 Dr House - serial obyczajowy 20.00 Alive: Dramat w Andach - film katastroficzny USA (1993) 22.45 Puła śmierci - film sensacyjny USA (1988) 0.40 Tajemnice Laury - serial kryminalny 1.40 Fringe: Na granicy światów 2 - serial s.f.

TV 4

7.05 Scooby-Doo & Scrappy Doo Show 7.35 Jake i piraci z Nibylandii - serial animowany 8.05 Nowy Scooby i Scrappy Doo - serial animowany 8.35 Jake i piraci z Nibylandii - serial animowany 9.00 Garfield Show (48, 49, 6, 7) - serial animowany 10.00 Czarodziej z Waverly Place (12, 13) - serial przygodowy 11.00 Dzikie serce - telenowela 12.00 Sekrety sąsiadów (9, 49) - serial obyczajowy 13.00 Policjantki i policjanci - serial fabularno-dokumentalny 14.00 STOP Drogówka - magazyn policyjny 15.00 Czarodziej z Waverly Place (14, 15) - serial przygodowy 16.00 Dom nie do poznania - reality show 17.00 Dzikie serce - telenowela 18.00 Sekrety sąsiadów (10, 50) - serial obyczajowy 19.00 Policjantki i policjanci - serial fabularno-dokumentalny 20.00 STOP Drogówka - magazyn policyjny 21.00 Ice Road Truckers: Drogi śmierci - serial dokumentalny 22.00 Miasto strachu - film sensacyjny USA (2001) 0.00 Spadkobiercy - pr. rozrywkowy 1.00 Śmierć na 1000 sposobów (1) - serial dokumentalny 1.30 Interwencja 1.50 To był dzień

PULS

6.00 Złotopolscy (141, 142) - telenowela 7.00 Nash Bridges 6 (116-118) - serial sensacyjny 9.55 Sekret 3 - telenowela 11.00 Zbuntowany anioł - telenowela 11.55 Co ludzie powiedzą? - serial komediowy 12.30 Królowa serc (63, 64) - telenowela 14.30 Niania 3 (38-40) - serial komediowy 16.00 13 posterunek 2 (17, 18) - serial komediowy 17.25 Boso przez świat - cykl reportaży 19.00 Pingwiny z Madagaskaru - serial animowany 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (14-16) - serial kryminalny 22.50 Inteligence - serial s.f. 23.50 Z Nation (5, 6) - serial grozy 1.35 Zobacz to!

Zapiski Jakuba Klenia

NA MARCOWE JAZIE

Zgodnie z zapowiedzią z ubiegłego tygodnia, tym razem trochę na temat marcowego jazia. Z marcowymi jaziami sprawa nie jest jednak taka oczywista, bo wielu wędkarzy uważa, że sezon na te ryby rozpoczyna się w kwietniu. Taką opinię znaleźć można u klasyka wędkarskich poradników J. Wyganowskiego, który w wydanej jeszcze w 1957 roku książce „Wędkarstwo” napisał, że „okres połowu jazia rozpoczyna się w kwietniu”. Podobną opinię w ciekawej książce „Czytać w rzecze. Rozumieć ryby” prezentuje również W. Strzelecki. Problem w tym, że jaż - jak już pisałem kilka lat temu w tym samym miejscu - podobnie jak jellec, boleń czy świnka, nie czeka na ograniczenie się wiosennych wód, ale do tarła rusza zaraz po zejściu lodu. Sygnałem rozpoczęcia godów jest osiągnięcie przez wodę temperatury 5 stopni Celsjusza. Przed tarłem jazie gromadzą się w niewielkie stada, najczęściej w mniejszych rzekach, gdzie poniżej odcinków szybszego nurtu woda osiąga większą głębokość (1,5 do 2 metrów). Tarło jazia w naszych warunkach klimatycznych rozpoczyna się mniej więcej pod koniec marca. Ale, o czym warto pamiętać, aż do momentu tarła, jazie ostro żerują. I to jest dobry czas na złowienie tej ryby. W ozasie godów przestają pobierać pokarm. Ale nawet pomijając problem żerowania, nigdy nie nastawiałem się na łowienie ryb, które akurat odbywały tarło. A więc dla mnie marzec pozostaje miesiącem jaziowym. Później ryba ta ma tarło, a potem bardzo dobrze bierze w maju.

Jazie spotkać możemy w kanałach i jeziorach, ale przede wszystkim spotkamy go w rzekach - w jeziorach i kanałach tylko wtedy, gdy z rzeką utrzymują stały kontakt. Można powiedzieć, że jaż upodobał sobie obszary stykowe wód stojących z płynącymi. Środowisko rzek wydaje się być jednak dla tej ryby najważniejsze, gdyż bez płynącej wody nie rozmnaża się. Mniej ważne jest podłoże dla składanej przez niego ikry - dobre jest zarówno twarde dno jak i podwodna roślinność. Ciepłe miesiące jaż spędza w rzekach, natomiast zimą zamieszkuje głębokie tonie wód stojących: przepływowe jeziora, zbiorniki zaporowe, młyńskie spiętrzenia czy głębsze przyrzecza. Jaż to po trosze taki rybi wędrownik. Pozostaje jednak wierny swoim zimowiskom, tarliskom, trasom, żerowiskom czy okresowym ostojom. Gdy ktoś pozna jego szlaki i trafi na okres żerowania, osiągnął połowę sukcesu - druga połowa zależeć będzie od podania właściwej przynęty i umiejętności wędkarskich. A umiejętności te są niezwykle potrzebne, gdyż dorosły jaż jest osobnikiem wyjątkowo czujnym i wybitnie nieufnym. A gdy do tych cech dodamy nadzwyczajną bojowość tej ryby, okaże się, że niewielu jest wędkarzy mogących pochwalić się złowieniem medalowej sztuki. Przypomnę tylko, że rekordowy egzemplarz jazia, złowionego w roku 1975 przez J. Zbiegienia, mierzył 82 centymetry i ważył 5,10 kg. I o ile wiem, rekord ten nie został do dzisiaj pobity.

Jaż od swojej wczesnej młodości należy do najbardziej czynnych trzebicieli ikry i wycieru, a kolejnym jego przysmakiem są ślimaki wodne i nadwodne. To ważne informacje dotyczące ewentualnej przynęty. Jazie generalnie łowimy na przynęty zwierzęce: czerwone robaki, rosówki, ślimaki, a także małe żywczyki. W czerwcu, który jest miesiącem wyłęgów owadów, można spróbować połowić na różne chrząszcze, koniki polne, ćmy czy chrabąszcze. Jedynie w lecie (lipiec, sierpień) z dobrym skutkiem połowić możemy na przynęty roślinne, takie jak groch czy ziemniak.

A o tym, gdzie szukać jazia, napiszę w kolejnym odcinku moich zapisków.

JAKUB KLEŃ

Za kierownicą

PRZEGLĄD ZDROWIA

Mniej doświadczeni kierowcy są przekonani, iż kałuże oraz koleiny odcisnięte w asfalcie przez ciężarówki można pokonywać z jednakową prędkością zarówno wtedy, gdy są suche, jak i wypelnione deszczówką. Wielu sprawców nawet niegroźnych stłuczek uważa, że jeżeli w układzie hamulcowym działa system ABS zapobiegający blokowaniu kół na śliskiej nawierzchni, zaś na felgach założone są drogie markowe opony, to zarówno w czasie słonecznej pogody, jak i w czasie opadów można jeździć z jednakową prędkością. Tymczasem na bezpieczeństwo jazdy wpływają wielorakie czynniki.

Jednym z nich jest bez wątpienia pogoda, czyli zjawiska atmosferyczne, którym poddaje się każdy człowiek. Kierowca, zwłaszcza znający swój stan zdrowia, powinien obserwować szczególnie starannie mapy meteorologiczne na ekranie telewizora, by styl jazdy dostosować do zmian pogodowych. Oczywiście w zimie, gdy dzień krótszy i warunki jazdy ulegające szybszym niż latem zmianom, takie obserwacje są znacznie bardziej potrzebne. Ale i w czasie cieplejszych dni trzeba przystosować styl jazdy do zmian pogodowych w trosce o własne bezpieczeństwo. Wszak od wiosny podróżuje się zazwyczaj szybciej. Każdy kierowca, nie tylko zawodowy, powinien mieć świadomość swojego stanu zdrowia. I to nie tylko ewentualnych chorób fizycznych, lecz także wpływu zmian pogodowych na psychikę. Wprawdzie okresowe badania lekarskie muszą wykonywać obowiązkowo tylko kierowcy prowadzący zawodowo samochody, niemniej każdy zasiadający za kierownicą jakiegokolwiek pojazdu z silnikiem spalinowym powinien takie badania przeprowadzać. Najlepiej w cyklu zbliżonym do obowiązkowych badań technicznych. Do 30 roku życia warto monitorować - jak to się ostatnio modnie mówi - swój stan zdrowia co 3 lata, do 50 roku życia - co 2 lata, zaś potem już co roku. Człowiek jest niczym pojazd - im starszy, tym bardziej zawodny... Niektórzy pocieszają się utrwalonym w społeczeństwie stereotypem, że jak ktoś w dobrym zdrowiu przeżyje marzec, to zachowa zdrowie do jesiennych ślot i zimowych śnieżyc. Co poniekąd jest prawdą, bo wiosną oraz latem i więcej witamin w pożywieniu (jeżeli ktoś nie zawierzył tzw. suplementom diety), i więcej słońca.

Być może już niebawem obok tzw. komputera pokładowego monitorującego podstawowe parametry jadącego samochodu pojawią się także komputery sprawdzające stan zdrowia kierowcy. Myślę, że nie taka odległa to przyszłość. Niemniej do tego czasu warto korzystać z tego, co już jest dostępne dla poznania swego stanu zdrowia i ewentualnych reakcji na zmiany pogodowe. Główne drogi Polski są coraz bardziej zatłoczone i nie jest obojętne, czy zahamujemy o 30 cm od tylnego zderzaka samochodu nas poprzedzającego, czy też na skutek niekorzystnych warunków pogodowych, a tym samym wydłużonego czasu reakcji (droga hamowania zależy od prędkości, stanu ogumienia i stanu układu hamulcowego, ale i czasu reakcji kierowcy) do zatrzymania się przed pojazdem poprzedzającym zabraknie nam „tylko” pół metra. Jeżeli ktoś naprawdę bezpiecznie chce jeździć w gęstniejącym z dnia na dzień ruchu na drogach i ulicach naszego kraju, musi poznać reakcje swojego organizmu na warunki otoczenia. To będzie połowa sukcesu w trosce o bezpieczeństwo. Druga połowa zależeć będzie od tego, czy inni nasi partnerzy w ruchu drogowym postąpią w ten sam sposób.

WOJCIECH MACHNICKI

TVP1

TV POLONIA

5.35 Telezakupy 6.10 Świat się kręci (301) – widowisko publicystyczne 6.55 TVP INFO w TVP 1: Serwis Info Poranek 7.40 Drogi dla Ciebie. 10 mniej. Zwolnij! – magazyn 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Polityka przy kawie 8.50 Jaka to melodia? (3058) – teleturniej muzyczny 9.20 Klan (2718) – telenowela TVP 9.50 Ojciec Mateusz (133): Kolekcjoner – serial kryminalny TVP 10.50 Wspaniałe stulecie 2 (98) – serial kostiumowy Turcja (2011) 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes 12.15 Magazyn Rolniczy: Małe przetwórnice 12.35 Przepis dnia (188) – magazyn 12.45 Natura w Jedyne: Dąb. Drzewo życia – film dokumentalny Nizwida (2013); reż.: Henrik Ekman, Ulf Jonasson, Hans Berggren 13.55 Autostrada do nieba (50/111) – serial USA (1984) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Okrasa łamie przepisy: Gotowanie dla strażaków – magazyn kulinarny 15.50 Wspaniałe stulecie 2 (99) – serial kostiumowy Turcja (2011) 17.00 Teleexpress 17.15 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (3059) – teleturniej muzyczny 17.55 Klan (2719) – telenowela TVP 18.30 Świat się kręci (302) – widowisko publicystyczne 19.20 Przepis dnia (189) – magazyn 19.30 Wiadomości 20.00 Sport 20.05 Szlachetna Paczka – felieton 20.10 Pogoda 20.25 Liga Mistrzów: 1/8 F: FC Barcelona – Manchester City 22.55 Liga Mistrzów – skróty 23.45 Tajemnice początków Polski – Wyspa władców – cykl dokumentalny 0.45 Doom – film science fiction USA/Wielka Brytania/Niemcy, Czechy (2005); reż.: Andrzej Bartkowiak; wyk.: Dwayne Johnson, Karl Urban, Rosamund Pike, Ben Daniels (dozwolone od lat 18) 2.30 Notacje: Barbara Krafftówna. W filmie i kabarecie Starszych Panów – cykl dokumentalny 2.45 Autostrada do nieba (50/111) – serial USA (1984) 3.45 Zagadkowa Jedynka 4.30 Zakończenie dnia

TVP2

5.40 M jak miłość (750) 6.35 Bagaże kultury – spotkanie z Danielem Passentem 7.10 M jak miłość (751) – serial TVP 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.10 Barwy szczęścia (1258) – serial obyczajowy TVP 11.45 Na dobre i na złe (495): Bliźnięta – serial TVP 12.45 Hity kabaretu (3) – program rozrywkowy 13.45 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat: Corrida – cykl reportaży 14.20 Licencja na wychowanie (9/101) – serial obyczajowy TVP 14.55 Na sygnale (8/26) – serial fabularny TVP 15.25 Rodzinka.pl (44): Pogrzeb – serial komediowy TVP 16.00 Panorama Kraj 16.20 Pogoda Kraj 16.35 Dla niesłyszących: M jak miłość (1128) – serial TVP 17.25 Newton - Zwierzęta tropiciele – cykl dokumentalny Austria (2014) 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu (13/84) – teleturniej 19.25 Barwy szczęścia (1258) – serial obyczajowy TVP 20.05 Barwy szczęścia (1259) 20.40 Na dobre i na złe (591): Jeszcze nie czas – serial TVP 21.45 Na sygnale (26): Wielka kumulacja – serial fabularny TVP 22.25 Kino relaks: Nie kłam, kochanie – komedia Polska (2008); reż.: Piotr Wereśniak; wyk.: Piotr Adamczyk, Marta Żmuda-Trzciatkowska, Beata Tyszkiewicz, Grażyna Szapolowska 0.15 O mnie się nie martw 2 (2/13) – serial komediowy TVP 1.15 Świat bez tajemnic: Tak sówką przez Irak – film dokumentalny Francja (2012); reż.: Frederic Tonolli 2.20 Razem to zbyt wiele – komedia Francja (2010); reż.: Léa Fazer; wyk.: Nathalie Baye, Pierre Arditi, Aïssa Maïga, Jocelyn Quivrin, Eric Cantona 4.05 Paradoxy (3): Wolność 4.50 Zakończenie dnia

6.05 Hala odlotów (11) 7.00 Mój pies i inne zwierzęta 7.25 Gruby (7/7): W podziemiach klasztoru 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.00 Halo Polonia – magazyn 11.40 Okazja (9/19): Wigilia zastępcza 12.05 Barwy szczęścia (1199) 12.30 Lamigłówka: Województwo Mazowieckie 12.35 Wiadomości 12.50 Miłość nad rozlewiskiem (11/13) 13.50 Teatr Telewizji: „Tajny współpracownik” – spektakl teatralny TVP; reż.: Krzysztof Lang 15.10 Sztuka życia (71): Barbara Kurdej-Szatan 15.35 1200 Muzeów (8): Muzeum Zamkowe w Pszczynie, Tyskie Browarium w Tychach 16.05 Hala odlotów (11) 16.55 Okazja (9/19): Wigilia zastępcza 17.20 Polonia w Komie (693) 17.30 Teleexpress 17.50 Lamigłówka: Województwo Mazowieckie 17.55 Sensacje XX wieku: Operacja Zeppelin 18.25 I kudłate i łacie (9) 18.35 Dlaczego? Po co? Jak? (9) 18.55 Barwy szczęścia (1199) 19.25 Wilnoteka 19.45 Dobranocka: Wyprawa profesora Gąbki (2): Pierwszy My-ping 20.00 Wiadomości 20.30 Sport 20.35 Pogoda 20.40 Lamigłówka: Województwo Mazowieckie 20.50 Teatr Telewizji: „Tajny współpracownik” – spektakl teatralny 22.10 Opole na bis: „Życia mała garść” – piosenki Anny Jantar i Jarosława Kukulskiego 22.40 Polonia w Komie (694) 22.50 Egzamin z życia (11) 23.50 Yoshiho Umeda 0.45 Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

10.05 Co u nas? 10.10 Przechodzień codzienny 10.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 10.35 Pogoda 10.45 Regiony na 5 11.15 Kwartet 11.45 Tu jest moja mała ojczyzna... 12.10 Co u nas? 12.15 Jedź na zdrowie 12.35 Wokół nas – pogoda 12.40 Co u nas? 12.45 Agrobiznes 13.15 Dziennik regionów 13.20 Wokół nas – pogoda 13.25 Plebania (25) 13.45 Plebania (26) 14.20 Przechodzień codzienny 14.24 Co u nas? 14.30 Naszym okiem (24) 15.45 Raport z Polski 16.20 Dziennik regionów – tematy dnia 16.30 Lider 16.55 Wokół nas – pogoda 17.00 Na liczniku. 10 mniej. Zwolnij 17.30 Kronika – zapowiedź 17.32 Raport pogodowy 17.33 Pogoda 17.35 Tarnowska Kronika Filmowa 17.45 Pomyśl na sukces 17.55 Parafia z sercem 18.15 Na Pogórze 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.05 Krakowskim targiem 19.31 Witamy z Niemiec 19.45 Nowohucka Kronika Filmowa 19.55 Pogoda 19.59 Raport pogodowy 20.00 Region. Ludzie, sprawy, opinie 20.24 Telezakupy 20.55 Pogoda 21.00 Echa dnia 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Echa dnia – komentarze 21.55 Pogoda 21.57 Co u nas? 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.17 Raport pogodowy 22.18 Tarnowska Kronika Filmowa 22.30 Co u nas? 22.40 Dla niesłyszących: Telekurier 23.15 Naszym okiem (24) 0.25 Lider (43)

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 9.00 Malanowski i partnerzy – serial paradokumentalny Polska 10.00 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Pielęgniarki – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 14.45 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody 16.15 Interwencja 16.30 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny 17.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 18.50 Wydarzenia 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy Polska 20.40 Top Chef 4 – reality show

22.05 Wykiwać klawisz – komedia obyczajowa USA (2005) 0.20 Studenci – komedia USA (2008) 2.20 Tajemnice losu

tvn

6.10 Mango 7.15 Detektywi – serial 7.50 Doradca smaku 8.00 Dzień dobry TVN 10.55 Na Wspólnej – serial 11.25 Szkoła – serial 12.25 Szpital – serial 13.25 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 14.00 Ukryta prawda – serial 15.00 Szkoła – serial paradokumentalny 16.00 Rozmowy w toku – talk-show 17.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 18.00 Szpital – serial paradokumentalny 19.00 TVN Fakty, sport 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.50 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 21.30 Projekt Runway – reality show 22.35 Kod nieśmiertelności – thriller USA/Francja (2011) 0.335 Żony Hollywood – program rozrywkowy 1.35 Uwaga! 2.00 Sekrety magii

TVN 7

6.30 Męski typ – talk-show 7.00 Julia – serial obyczajowy 7.35 Brzydula – serial obyczajowy 8.10 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny Polska 9.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 10.10 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 11.15 Mango 12.50 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 13.50 Szpital – fabularno-dokumentalny 14.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 15.50 Julia – serial obyczajowy 16.25 Brzydula – serial obyczajowy 17.00 Kobieta ze stali – telenowela 18.00 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 19.00 Dr House – serial obyczajowy 20.00 Wyspa tajemnic – thriller USA (2010) 22.55 Czarne lustro – serial s.f. 23.55 Intrygant – komedia sensacyjna USA (2009) 2.15 Punkt krytyczny – serial sensacyjny

TV 4

7.05 Nowy Scooby i Scrappy Doo – serial animowany 7.35 Jake i piraci z Nibylandii – serial animowany 8.05 Nowy Scooby i Scrappy Doo – serial animowany 8.35 Jake i piraci z Nibylandii – serial animowany 9.00 Garfield Show (50, 1, 8, 9) – serial animowany 10.00 Czarodziej z Waverly Place (14, 15) – serial przygodowy 11.00 Dzikie serce – telenowela Meksyk 12.00 Sekrety sąsiadów (10, 50) – serial obyczajowy 13.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 14.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 15.00 Czarodziej z Waverly Place (16, 17) – serial przygodowy 16.00 Dom nie do poznania – reality show 17.00 Dzikie serce – telenowela 18.00 Sekrety sąsiadów (11, 51) – serial obyczajowy 19.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 20.00 Outsider – film sensacyjny USA (2014) 22.00 Dom w głębi lasu – thriller USA (2011) 0.05 Spadkobiercy – pr. rozrywkowy 1.05 Śmierć na 1000 sposobów – serial dokumentalny 1.35 Interwencja – magazyn reporterów 1.55 To był dzień

PULS

6.00 Złotopolscy (142, 143) 7.00 Nash Bridges 6 (119-121) – serial sensacyjny 9.50 Sekret 3 – telenowela 10.55 Zbuntowany anioł – telenowela 11.55 Co ludzie powiedzą? – serial komediowy 12.30 Królowa serc (61, 65) – telenowela 14.30 Niania 3 (40-42) – serial przygodowy 16.00 13 posterunek 2 (18, 19) – serial komediowy 17.25 Boso przez świat – cykl reportaży 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial 20.00 Asterix i Obelix: W służbie Jej Królewskiej Mości – komedia przygodowa Francja/Hiszpania/Włochy/Węgry (2012) 22.25 Kula w lew – film kryminalny USA (2012) 0.10 American Horror Story: Asylum – serial grozy 1.10 Intelligence 2.05 Zobacz to!

Prawnik radzi

KRÓTKI STAŻ A EMERYTURA

Jestem z rocznika 1954, czyli ukończyłam 61 lat. Mam staż pracy około 10 lat. Czy mogę starać się o emeryturę na zasadach ogólnych?

Ważne w jakim okresie 1954 roku się Pani urodziła. Osobom urodzonym po dniu 31 grudnia 1948 r. emerytura przysługuje po osiągnięciu wieku emerytalnego określonego w art. 21 ust. 1a i 1b ustawy z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z FUS (tekst jedn. Dz. U. z 2013 r., poz. 1440 z późn. zm.). Zgodnie z treścią art. 21 ust. 1a pkt 6-9, wiek emerytalny dla kobiet urodzonych w okresie: ✓ od dnia 1 stycznia 1954 r. do dnia 31 marca 1954 r. wynosi co najmniej 60 lat i 5 miesięcy; ✓ od dnia 1 kwietnia 1954 r. do dnia 30 czerwca 1954 r. wynosi co najmniej 60 lat i 6 miesięcy; ✓ od dnia 1 lipca 1954 r. do dnia 30 września 1954 r. wynosi co najmniej 60 lat i 7 miesięcy; ✓ od dnia 1 października 1954 r. do dnia 31 grudnia 1954 r. wynosi co najmniej 60 lat i 8 miesięcy. (sp)

Dwa podwójne zaproszenia rozlosowane

PRZEBOJE ŚWIATA



22 marca (niedziela), o godz. 19.00, w sali teatralnej NCK z koncertem „Przeboje świata” wystąpi Krystyna Prońko z Energy Puma Band pod dyrekcją Katarzyny „Pumy” Piaseckiej. Bilety: 50 zł. Informacje i zamówienia: Biuro Organizacji Widowni – tel. 12 644-02-66, wew. 55, e-mail: rezerwacja@nck.krakow.pl. Kasa – tel. 12 644-02-66, wew. 56. Dwa podwójne zaproszenia czekają do odbioru w sekretariacie „Głosu” dla Piotra Matłęgi z os. Centrum B i Krystyny Zielińskiej z os. Albertyńskiego. (mp)

Do wylosowania bezpłatne podwójne zaproszenie na spektakl

JAK ZOSTAĆ SEX GURU

27 kwietnia br. na desce Teatru Ludowego ponownie zawita spektakl „Jak zostać Sex Guru w 247 łatwych krokach”. W tytułowej roli wystąpi reżyser Tomasz Kot, jeden z najpopularniejszych polskich aktorów, zwycięzca ostatniego Festiwalu Filmowego w Gdyni na najlepszą męską rolę pierwszoplanową w filmie Bogowie. Jeszcze w tym roku będziemy mogli podziwiać stworzone przez niego kreacje także w dwóch całkowicie nowych filmach – thrillerze Fotograf oraz głośnej i oczekiwanej produkcji Disco Polo. Już wkrótce Tomasz Kot po raz kolejny wcieli się w postać szczerego do bólu doradcy życia intymnego. Jego kontrolowane przez niego ekspertyzy zaskoczą i rozbawią widzów do łez!

„Jak zostać Sex Guru”, to adaptacja sztuki znakomitego austriackiego komika, Wolfganga Weinbergera, w reżyserii Gabriela Gietzky’ego to rozpustnie śmieszne interaktywne przedstawienie dla dorosłych, w którym Tomasz Kot będzie naszym przewodnikiem po seksualnym labiryncie. Aktor w komedii, pikantny, ale zdystansowany spo-

sób przedstawi widzom wiele praktycznych porad i wskazówek jak urozmaicić ich życie erotyczne. Sex Guru pomoże także odpowiedzieć na pytania, których wcześniej nie śmieliśmy zadać, a które od zawsze nurtowały ludzkość: Czego tak naprawdę pragną kobiety? Jak często powinienem/powinna uprawiać seks? Czy mężczyźni naprawdę wiedzą gdzie jest słynny punkt „G”?

Może uda Ci się zasięgnąć porad Sex Guru, które przemienią Twoje dotychczasowe życie w szalony kalejdoskop? Weź sprawy w swoje ręce, kup bilet i zacznij ekscytującą podróż do świata, o którym wcześniej nie miałeś pojęcia!

Teatr Ludowy, 27 kwietnia 2015, godz. 17.30 oraz 20.30. Bilety do nabycia na www.ebilet.pl, www.eventim.pl, www.makroconcert.pl oraz w kasie teatru.

By wziąć udział w losowaniu bezpłatnego podwójnego zaproszenia na spektakl należy do naszej redakcji dostarczyć kupon, który zamieszczamy poniżej. Kupony przyjmujemy do 23 marca br.

SEX GURU – KUPON KONKURSOWY

Imię i nazwisko

Adres



5.35 Telezakupy 6.10 Świat się kręci (302) – widowisko publicystyczne 6.55 TVP INFO w TVP 1: Serwis Info Poranek 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Polityka przy kawie 8.45 Jaka to melodia? (3059) – teleturniej muzyczny 09.15 Klan (2719) – telenowela TVP 09.45 Wspaniałe stulecie 2 (99) – serial kostiumowy Turcja (2011) 10.40 Skoki Narciarskie: Puchar Świata: Planica – loty (kwalifikacje) 12.25 Agrobiznes 12.40 Przepis dnia (189) – magazyn 12.50 Natura w Jedyńce: Madagaskar. Zagrożony raj – film dokumentalny Wielka Brytania (2011); reż.: Boris von Schoenbeck 13.55 Autostrada do nieba (51/111) – serial USA (1984) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Okrasa łamie przepisy: W stółce na warszawskiej Pradze – magazyn kulinarny 15.50 Wspaniałe stulecie 2 (100) – serial kostiumowy Turcja (2011) 17.00 Teleexpress 17.15 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (3060) – teleturniej muzyczny 17.55 Klan (2720) – telenowela TVP 18.30 Świat się kręci (303) – widowisko publicystyczne 19.15 Przepis dnia (190) – magazyn 19.30 Wiadomości: 20.00 Sport 20.15 Pogoda 20.30 Ojciec Mateusz (2): Przed ślubem – serial kryminalny TVP 21.25 Sprawa dla reportera 22.20 Oglądaj z Andrzejem Fidykiem: Uciekinierki z Korei Północnej – film dokumentalny Korea Połudn./Francja (2014); reż.: Harkjoon Lee 23.25 W garniturach (2/13) – serial USA (2011) 0.15 Druga szansa II (5/13) – serial USA (2010) 1.00 Druga szansa II (6/13) 1.45 Naszarmia.pl (152) – magazyn 2.15 Sprawa dla reportera 3.05 Oglądaj z Andrzejem Fidykiem: Uciekinierki z Korei Północnej – film dokumentalny Korea Połudn./Francja (2014) 4.00 Notacje: Adam Zaleski. Ostatnie spotkanie z ojcem – cykl dokumentalny 4.15 Autostrada do nieba (51/111) – serial USA (1984) 5.15 Zakończenie dnia



6.05 M jak miłość (751) 7.00 O mnie się nie martw 2 – zwiastun 7.05 M jak miłość (752) 8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.10 Barwy szczęścia (1259) 11.45 Na dobre i na złe (496): Na jedną kartę 12.45 Dzięki Bogu już weekend (16) 13.45 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat: Fatima – cykl reportaży 14.15 Licencja na wychowanie (10/101) – serial obyczajowy TVP 14.55 Na sygnale (9/26) – serial fabularny TVP 15.25 Rodzinka.pl (45): Magda – serial komediowy TVP 16.00 Panorama Kraj 16.20 Pogoda Kraj 16.30 Na dobre i na złe (591): Jeszcze nie czas – serial TVP 17.25 Newton: Jordania – cykl dokumentalny Austria (2014) 18.00 Panorama 18.30 Sport Telegram 18.40 Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu (14/84) – teleturniej 19.25 Barwy szczęścia (1259) – serial obyczajowy TVP 20.05 Barwy szczęścia (1260) 20.40 Podwójna tożsamość – film sensacyjny USA (2007); reż.: John Herzfeld; wyk.: Laurence Fishbourne, Paul Walker, Olivia Wilde (dozwolone od lat 16) 22.30 Kocham kino: Wielki Liberace – dramat USA (2013); reż.: Steven Soderbergh; wyk.: Michael Douglas, Matt Damon, Dan Aykroyd, Rob Lowe, Scott Bakula (dozwolone od lat 16) 0.35 Razem to zbyt wiele – komedia Francja (2010) 2.20 Wielki Liberace – dramat USA (2013) (dozwolone od lat 16) 4.25 Art Noc: Czarno-Czarny film. Piosenki Tadeusza Nalepy (2) 5.10 Zakończenie dnia



6.05 Kocham Kino 6.40 Skarby prowincji: Skarby prowincji (10) 7.00 Pismo Święte w moim życiu – reportaż 7.25 Słoneczna włócznia (10): Trop

8.00 Pytanie na śniadanie (w tym: Panorama ok. godz. 8.50) 11.05 Dzika Polska: Czuby jak basior 11.40 Okazja (10/19): Kredyt w Rympał Banku 12.05 Barwy szczęścia (1200) 12.30 Łamiągłowa: Województwo Mazowieckie 12.35 „Jan Serce” – historia niejednej miłości 12.50 M jak miłość (1114) 13.45 Egzamin z życia (11) 14.35 Wilnoteka 14.55 Yoshiho Umeda 15.50 Legendy regionalne: Tajemnice Karolinki (1) 16.05 Kocham Kino 16.35 Flesz historii (225) 16.55 Okazja (10/19): Kredyt w Rympał Banku 17.20 Polonia w Komie (695) 17.30 Teleexpress 17.45 Łamiągłowa: Województwo Mazowieckie 17.55 Sensacje XX wieku: Na własne ryzyko 18.25 KucinAlina – magazyn kulinarny Włochy (2015) 18.55 Barwy szczęścia (1200) 19.25 Informacje kulturalne 19.45 Dobranocka: Dziwne przygody Koziołka Matołka (8): Przygoda na szosie 20.00 Wiadomości 20.25 Sport 20.40 Pogoda 20.45 Łamiągłowa: Województwo Mazowieckie 20.55 Defekt (1/9) – serial sensacyjny TVP; reż.: Maciej Dutkiewicz 22.00 Halo Polonia 22.45 Pitbull (1) – serial policyjny TVP; reż.: Patryk Vega; wyk.: Marcin Dorociński, Janusz Gajos, Andrzej Grabowski, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Weronika Rosati (dozwolone od lat 16) 23.40 Ostatni Mazurzy – film dokumentalny Polska (2010) 0.45 Powtórki programów

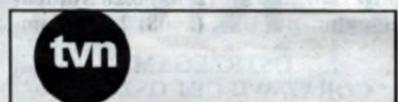


10.05 Co u nas? 10.10 Przechodzień codzienny 10.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 10.35 Pogoda 10.45 Naszarmia.pl 11.10 Męska strefa 11.45 Jazda na rower 11.55 Nożem i widelcem 12.10 Co u nas? 12.15 Dekorady 12.40 Wokół nas – pogoda 12.45 Agrobiznes 13.10 Co u nas? 13.15 Dziennik regionów – tematy dnia 13.25 Plebania (27) 13.50 Plebania (28) 14.20 Przechodzień codzienny 14.25 Co u nas? 14.30 Spotkanie po latach: Dr Anatolij Kaszprowski – film dok. 15.25 Polskie rybactwo – reportaż 15.45 Raport z Polski 16.20 Dziennik regionów – tematy dnia 16.30 Relacje (65) 16.55 Wokół nas – pogoda 17.00 Diagnostyka zdrowia 17.30 Kronika – zapowiedź 17.32 Raport pogodowy 17.33 Pogoda 17.35 Pod Tatrami 17.45 Na rynku pracy 17.55 Zimowa jazda 18.05 Magazyn Medyczny 18.20 Ślizg 18.30 Kronika 18.50 Pogoda 18.52 Tematy dnia 19.02 Aureola: Od Stanisława do Karola – św. Maksymilian Kolbe 19.25 Parafia z sercem 19.45 Tarnowska Kronika Filmowa 19.55 Pogoda 19.59 Raport pogodowy 20.00 Region. Ludzie, sprawy, opinie 20.24 Telezakupy 20.55 Pogoda 21.00 Echa dnia 21.10 Pogoda 21.15 Dla niesłyszących: Dziennik Regionów 21.40 Echa dnia – komentarze 21.55 Pogoda 21.57 Co u nas? 22.00 Kronika 22.14 Pogoda 22.16 Pogoda na narty 22.25 Raport pogodowy 22.25 Co u nas? 22.40 Dla niesłyszących: Telekurier 23.15 Glob 23.40 Męska strefa

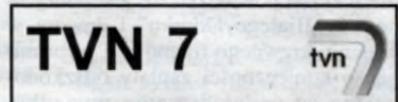


6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 9.00 Malanowski i partnerzy – serial paradokumentalny Polska 10.00 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Pielęgniarki – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 14.45 Dzień, który zmienił moje życie – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia 16.10 Prognoza pogody 16.15 Interwencja 16.30 Malanowski i partnerzy – serial fabularno-dokumentalny 17.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy Polska 18.50 Wydarzenia 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy Polska 20.05 Zdrady – serial paradokumentalny 21.05 Przyjaciółki 5 – serial obyczajowy 22.00 Jerry Maguire –

dramat obyczajowy USA (1996) 1.00 Zakończenie



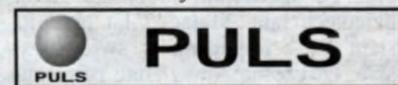
6.10 Mango 7.15 Detektywi – serial fabularno-dokumentalny 7.50 Doradca smaku – magazyn 8.00 Dzień dobry TVN 10.55 Na Wspólnej – serial obyczajowy 11.25 Szkoła – serial paradokumentalny 12.25 Szpital – serial paradokumentalny 13.25 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 14.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 15.00 Szkoła – serial paradokumentalny 16.00 Rozmowy w toku – talk-show 17.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 18.00 Szpital – serial 19.00 TVN Fakty, sport 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku – magazyn 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.50 Ugotowani – program kulinarno-rozrywkowy 21.30 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 22.30 Kilerów 2-6ch – komedia sensacyjna Polska (1999) 1.00 Superwizjer – magazyn reporterów 1.35 Uwaga! 1.55 Sekrety magii



5.40 We dwoje – program rozrywkowy 7.00 Julia – serial obyczajowy 7.35 Brzydula – serial obyczajowy 8.10 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 9.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny polskiej 10.10 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 11.15 Mango 12.50 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 13.50 Szpital – serial fabularno-dokumentalny 14.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 15.50 Julia – serial obyczajowy 16.25 Brzydula – serial obyczajowy 17.00 Kobieta ze stali – telenowela 18.00 Gwiazdy wierzą w duchy – reality show 19.00 Dr House – serial obyczajowy 20.00 Kolacja dla palantów – komedia USA (2010) 22.30 Mentalista 3 – serial 23.25 Śledztwo nad przepaścią – film sensacyjny USA (1997) 1.50 Sekrety magii



6.00 Zamiana żon – reality show 7.05 Scooby i Scrappy Doo – serial animowany 7.35 Jake i piraci z Nibylandii – serial animowany 8.05 Nowy Scooby i Scrappy Doo – serial animowany 8.35 Jake i piraci z Nibylandii – serial animowany 9.00 Garfield Show (2, 3, 10, 11) – serial animowany 10.00 Czarodziej z Waverly Place (16, 17) – serial przygodowy 11.00 Dzikie serce – telenowela 12.00 Sekrety sąsiadów (11, 51) – serial obyczajowy 13.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 14.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 15.00 Czarodziej z Waverly Place (18, 19) – serial przygodowy 16.00 Dom nie do poznania – reality show 17.00 Dzikie serce – telenowela 18.00 Sekrety sąsiadów (12, 52) – serial obyczajowy 19.00 Policjantki i policjanci – serial fabularno-dokumentalny 20.00 Goście 2 – komedia Francja (1998) 22.30 Tygrys szablozębny – horror USA (2002) 0.25 Jaś Fasola – serial komediowy



6.00 Złotopolscy (143, 144) – telenowela 7.00 Gliniarz i prokurator (1) – serial sensacyjny 8.00 Nash Bridges 6 (122) – serial sensacyjny 9.00 Detektyw Monk (1) – serial kryminalny 9.55 Sekret 3 – telenowela 11.00 Zbuntowany anioł – telenowela 11.55 Co ludzie powiedzą – serial komediowy 12.30 Królowa serc (65, 66) – telenowela 14.30 Niania 3 (42-44) – serial komediowy 16.00 13 posterunek 2 (19, 20) – serial komediowy 17.25 Boso przez świat – cykl reportaży 19.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany 20.00 Wasza Wysokość – komedia przygodowa USA (2011) 22.10 Instykt drapieżcy – horror Australia (2010) 0.20 Zejście – horror Wielka Brytania (2005) 2.05 Zobacz to!



BIURA:

os. Kalinowe 4, tel. 12 648-40-92
ul. Okólna 4, tel. 12 655-01-42

Prokocim działający od ponad 20 lat e-mail: zarządca@prokocim.pl

ZAPRASZA Wspólnoty Mieszkaniowe do współpracy w zarządzaniu nieruchomościami

- dysponujemy doświadczonym zespołem, którego członkowie posiadają licencje państwowe – ich kompetencje są rękojmią profesjonalnej i rzetelnej dbałości o wasz budynek
- gwarantujemy jasne i przejrzyste rozliczenie kosztów
- prowadzimy przygotowanie i realizację przedsięwzięcia budowy instalacji ciepłej wody użytkowej w budynkach Wspólnot Mieszkaniowych – alternatywnie do remontu przewodów kominowych



Biuro Turystyczne HUT-PUS S.A.

ul. Mrozowa 1, 30-969 Kraków

tel. 12 643-87-40, 12 643-87-41

Biuro Turystyczne HUT-PUS S.A. zaprasza do korzystania z bogatej oferty

- Polska – Mazury – Kalbortnia, 14–21.06.2015, cena 1050,00 zł (autokar)
- Polska – Mazury – Krzyże, 26.09-03.10.2015, cena 1200,00 zł (autokar)
- Polska – Międzyzdroje, 08-16.08.2015, cena 1350,00 zł (autokar)
- Polska – Kazimierz Dolny – Sandomierz, 12–14.06.2015, cena 450,00 zł (autokar)
- Polska – Sarbinowo, 3–10.10.2015, cena 1200,00 zł (autokar)
- Polska – Szczawnica ŚWIĘTA, 3–07.04.2015, cena 750,00 zł (autokar)
- Polska – Warmia i Mazury, 30.08–04.09.2015, cena 899,00 zł (autokar)
- Polska – Warszawa, 17–19.04.2015, cena 450,00 zł (autokar)
- Malta – Bugibba, 9–16.09.2015, cena 2000,00 zł (samolot)
- Malta – Bugibba, 16–23.09.2015, cena 2000,00 zł (autokar)
- Pery Bałkanów – OBJAZDOWA, 3–10.10.2015, cena 1440,00 zł (autokar)
- Kabaret „KOŃ POLSKI”, 10.04.2015, cena 45,00 zł

Na wyjazd obowiązują paszporty lub dowody osobiste (w zależności od miejsca wyjazdu) ważne minimum trzy miesiące po powrocie z danej wycieczki!

W naszej ofercie również:

- ✓ kolonie i obozy dla dzieci i młodzieży krajowe i zagraniczne,
- ✓ wczasy regeneracyjne dla pracowników AMP,
- ✓ wycieczki krajowe i zagraniczne z dofinansowaniem dla pracowników i emerytów AMP.

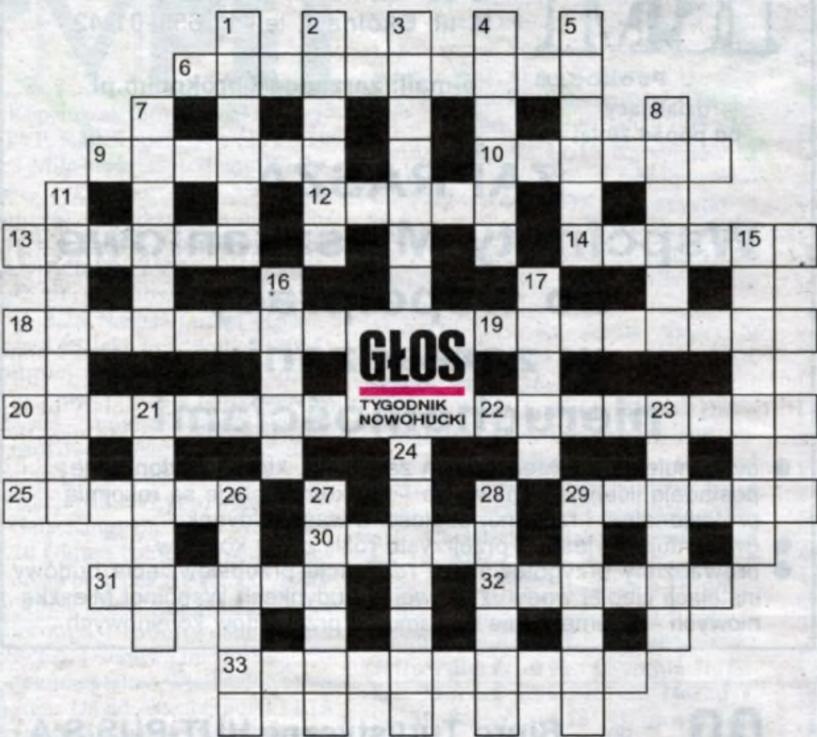
Biuro Turystyczne HUT-PUS S.A.
Poniedziałek, środa, piątek 7–15, wtorek, czwartek 8–16
ul. Mrozowa 1, I piętro, pok. 15, 16
tel. 12 643 87 40, 12 643 87 41, 12 643 87 44
e-mail: turystyka@hutpus.com.pl, www.hpturystyka.pl



Biuro Turystyczne HUT-PUS S.A.

ul. Mrozowa 1, 30-969 Kraków

tel. 12 643-87-40, 12 643-87-41



GŁOS
TYGODNIK
NOWOHUCKI

POZIOMO: 6. nowicjusz, 9. silny, duży pies, 10. autor „W poszukiwaniu straconego czasu”, 12. niewielki statek rybacki, 13. stolica Estonii, 14. zatrudnia farmaceutów, 18. nordycka opiekunka wojowników, 19. nawadnianie pól, 20. instrument geodezyjny do pomiaru kątów, 22. państwo w Ameryce Południowej, 25. pomiędzy Morzem Czarnym i Morzem Kaspijskim, 29. przeżytek, żywa skamieniałość, 30. tkanina z włókien poliestrowych, 31. orkan, tajfun, 32. żołnierz wzięty do niewoli, 33. frachtowiec, statek handlowy.

PIONOWO: 1. jedna dwunasta część oktawy, 2. szkodnik na kartoflisku, 3. ustalony procent od sumy pieniędzy, 4. ostra przyprawa, 5. defensywa, 7. przy kluczach, 8. kraina historyczna na północnym Kaukazie, 11. jeden z krakowskich teatrów, 15. w ekwipunku policjanta, 16. fan sportu, 17. gobelin na Wawelu, 21. czerwono-żółty owoc palmowy, 23. waluta Holandii przed wstąpieniem do strefy euro, 24. gubi niektórych kierowców, 26. staranie się o miłość, 27. duży szwajcarskie miasto, 28. pracownik nadleśnictwa, 29. garnek z długą rączką.

Rozwiązanie krzyżówki nr 9

POZIOMO: 6. Mendelejew, 9. nutria, 10. sztorm, 12. zenit, 13. skowyt, 14. rzeźba, 18. patronat, 19. bankomat, 20. sekstans, 22. kulebiak, 25. laufer, 29. fortel, 30. adres, 31. kredyt, 32. eksces, 33. antybiotyk.

PIONOWO: 1. Bejrut, 2. odraza, 3. klarnet, 4. sjesta, 5. sweter, 7. bulwar, 8. drzewo, 11. akwarela, 15. bławatek, 16. wapno, 17. cafun, 21. safari, 23. Borneo, 24. warcaby, 26. radian, 27. batuta, 28. ksenon, 29. festyn.

DARTY, FEKUSZ I SZTUKA OD DUŻEGO „S”

411. wydanie Nowohuckiej Kroniki Filmowej rozpocznie spotkanie z „Aleją Róż Dart Team”. Pod tą swojską, a jednocześnie tajemniczą nazwą kryje się amatorski zespół darta, czyli popularnych lotek. Założony został w 2010 roku przez rodowitych „hutasów”, którzy spotykają się regularnie raz w tygodniu na meczach drugiej

**NOWOHUCKA
KRONIKA
FILMOWA**

ligi. Ich dart jest tzw. softem, punkty zliczają maszyny elektroniczne, a protokół zawodów jest raczej dżentelmeńską umową uzgodnioną między dwoma drużynami. Poza towarzyskim spotkaniem ważną kwestią dla tej grupy zapaleńców jest promocja owej jakże wspaniałej dyscypliny sportu.

Kamera NKF trafiła również na FeKuSz, czyli Festiwal Kultury Szkolnej w III LO im. Jana Kochanowskiego w Krakowie. Początki tej imprezy sięgają lat 50., kiedy to uczniowie liceum, wtedy mieszczącego się jeszcze przy ul. Kochanowskiego, założyli „Teatr na Murze”. Niedawno odbyła się ósma edycja festiwalu, który angażuje wielu uczniów oraz nauczycieli zjednoczonych wspólną pracą przy tworzeniu artystycznych projektów. Formuła imprezy przewiduje kategorię obejmującą spektakle teatralne, tańce oraz śpiew,

ale organizatorzy są przychylnie nastawieni do niebanalnych twórców. Jeśli pojawi się jakiś oryginalny, wykraczający poza ramy programu projekt – on również dostanie swoją szansę. Bowierni pasja i dobra zabawa, czyli odkrywanie sztuki, to Świat FeKuszu!

Na zakończenie odwiedzimy świat sztuki wysokiej czyli Salon Malarstwa i Rzeźby Związku Polskich Artystów Plastyków Okręgu Krakowskiego w Nowohuckim Centrum Kultury. Ten „przeгляд”, będący połączeniem towarzyskiego spotkania artystów krakowskich z prezentacją ich dokonań to znakomita okazja do oceny kondycji artystycznej środowiska. Takie zbiorowe wystawy, zgęszczone w jednej placówce kultury, pozwalają ocenić obiektywnie przyszłość i potencjał twórczy członków Stowarzyszenia. Są przy okazji niezaprzeczalną reklamą Sztuki od dużego S.

Do oglądania 414. wydania Nowohuckiej Kroniki Filmowej zapraszamy od najbliższego piątku do Kina „Sflinks”, a także na antenę Telewizji Kraków w poniedziałek o godz. 17.35 oraz w środę o 7.30 i 19.45.

ZNANY KRĘGARZ W KRAKOWIE

Po raz kolejny w Krakowie w NCK (środa 25.03.2015 r. od godz. 10.30) będzie przyjmował znany kręgarz, dyplomowany technik masażysta Tadeusz Czarny z Przeworska. Rezerwacja terminu pod numerem telefonu 601-074-892 lub 12 644-28-63. Tel. w Przeworsku: 16 648-82-74. Informacje także na stronie: www.kregarz.nets.pl.

OSTRZEGAMY!

CORAZ WIĘCEJ OSZUSTÓW

Rozmnożyli się. Nieco się przeżyło podszywanie pod „wnuczka”, „hidraulika”, pracownika administracji. Ewentualne ofiary są ostrożniejsze. Teraz oszuści bywają: „policjantami”, „księżmi”, „kardynałami”, „kantorowcami” itp. Ich ofiarami stają się coraz młodsi ludzie.

Żeby wyłudzić pieniądze, oszuści wciąż modyfikują metody swojego działania. Żeby być wiarygodny i wzbudzić zaufanie u osoby, do której telefonują, wymieniają różne instytucje. Tym razem w tle opowiedzianej historii o wypadku, do jakiego rzekomo doszło, pojawił się „Biały Domek” – tak potocznie jest nazywany jeden z komisariatów w Krakowie. W jednej z rozmów oszust podał się za syna osoby, do której telefonował. Mówił, że jest na komisariacie po ciężkim wypadku i będzie mu potrzebna pomoc finansowa. W innym przypadku telefonujący mężczyzna powiedział, że jest policjantem z „Białego Domku” i dzwoni w imieniu krewnego rozmówcy, informując o konieczności zapłaty odszkodowania za spowodowanie wypadku. Oszuści mówili, że brali udział w wypadku i są w „Białym Domku”, gdzie składają wyjaśnienia i muszą zapłacić odszkodowanie. W tych przypadkach,

na szczęście, nie doszło do wyłudzenia pieniędzy. Osoby, do których telefonowano, zreflektowały się w porę. Policjanci przypominają, że nie dzwonią w takich sprawach do obywateli.

I kolejna historia. Mieszkaniec Podkarpacia znalazł na jednym z portali aukcyjnych ofertę okazijnego zakupu ciągnika rolniczego. Skontaktował się ze sprzedawcą, który przekazał mu, że transakcja sprzedaży musi się odbyć na terenie Krakowa. Rzekomy ciągnik miał się znajdować w Niemczech i dopiero wtedy, gdy potencjalny nabywca zdecyduje się na zakup, ciągnik zostanie sprowadzony do tego miasta. Przedstawiona oferta zainteresowała mężczyznę, który wraz z rodziną przyjechał do Krakowa sfinalizować zakup.

W umówionym miejscu czekał na niego mężczyzna, który powiedział, że jest przedstawicielem sprzedawcy. Poinformował klienta o szczegółach transakcji i o konieczności zapłaty za ciągnik w euro. Zaoferował też pomoc w wymianie gotówki i zaprowadził klienta do „zaprzyjawnionego” kantoru. Tam mieszkaniec Podkarpacia przekazał 41 tys. zł mężczyźnie, który podał się za pracownika kantoru. „Kantorowicz” odebrał gotówkę i zniknął na zapleczu, mówiąc, że idzie zdeponować złotówki w sejfie i przynieść euro. Gdy nie wracał – klienci zanie-

pokoili się. Próbowali wyjść z lokalu, ale okazało się, że wewnątrz pomieszczenia nie ma klamek. Wtedy zadzwonili na policję. Drzwi kantoru otworzyli im dopiero wezwani na pomoc funkcjonariusze. Sprzedawca ciągnika i 41 tysięcy złotych znikło. Policja zabezpieczyła ślady, dowody i poszukuje oszustów.

UZALEŻNIONY

OD MARIHUANY – KRADŁ

6 marca pracownicy ochrony galerii „Krokus” ujeli mężczyznę, który ze sklepu optycznego skradł oprawki okularów korekcyjnych. Wezwana przez ochroniarzy policja zatrzymała złodzieja i przeszukała mieszkanie, w którym przemieszkawał. Znalazła w nim 45 g marihuany. Skradzione przez niego okulary wyceniono na 1400 zł.

Zatrzymany mężczyzna odpowie za kradzież i posiadanie narkotyków. Przypominamy, kradzież zagrożona jest karą do 5 lat pozbawienia wolności, a posiadanie narkotyków – karą do 3 lat.

Zatrzymany ma 38 lat. Jest mieszkańcem Płońska. W Krakowie przebywa czasowo. Przyznał się do kradzieży i do tego, że jest uzależniony od marihuany. Dotąd nie był notowany przez policję. Nie pracuje. Dobrowolnie podał się karze zaproponowanej przez prokuraturę.

(jdz)

MŁODZIEŻ POWINNA WIERZYĆ W NOWĄ HUTĘ

Z Roksaną Oraniec, zdobywczynią sześciu tytułów w wyborach Miss Nowej Huty

rozmawia Zygmunt Fura

Z.F.: Z czym ci się kojarzy data 11 stycznia 2015?

R.O.: To miły dzień w moim życiu, chyba jak dotychczas najwspanialszy: to konkurs Miss Nowej Huty. Tego roku 11 stycznia 2015 odbyło się w Krakowie ogłoszenie wyników Dziewczyny Roku 2015. Zostałam nią wybrana głosami internautów z 87 krajów. Ogłoszenie wyników odbyło się podczas wyborów Miss Nowej Huty w Hotelu Europejskim w Krakowie. Byłam bardzo zaskoczona zdobyciem zaszczytnego tytułu „Dziewczyny Roku 2015”. Po ogłoszeniu wyników tego plebiscytu odbyły się wybory „Miss Nowej Huty” w ramach gali „Piękna i szlachetności”, która była połączona z Finałem Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W wyborach „Miss Nowej Huty” otrzymałam takie tytuły jak: Miss Publiczności 2015, Miss Marimexu 2015, Miss Gracji 2015, Miss Foto 2015 i Miss Wanda Speedway.

Był to jeden z moich najszczęśliwszych dni w życiu. Zdobyłam wtedy aż 6 tytułów. Dużo wspaniałych wrażeń, dużo kontaktów. Poznałam wspaniałych ludzi, gwiazdy sportu.

Z.F.: Jaki masz na co dzień kontakt z Nową Hutą?

R.O.: Urodziłam się w Nowej Hucie. Tu spędziłam pierwsze swoje dziecięce lata. Mając 5 lat przeniosłam się z rodzicami w świętokrzyskie. Ówczesną Nową Hutę pamiętam więc jak przez mgłę, ale zamierzam powrócić do Krakowa i nie jest wykluczone, że znów zamieszkać w Nowej Hucie. Już mam tu ulubiony swój Park Lotników. Aktualnie jestem uczennicą Liceum Mistrzostwa Sportowego w Ostrowcu Świętokrzyskim i w tym roku zdaję maturę. Czuję się też nowohucianką. Tu mieszka część mojej rodziny i moje koleżanki, które poznałam na pokazach mody.

Z.F.: Czym interesujesz się poza nauką i konkursami, w których prawie jak na zawołanie zdobywasz tytuły?

R.O.: Modelingiem interesuję się od kilku lat. Brałam udział w wielu sesjach i wyborach miss. Od dwóch lat trwa moja kariera w świecie modelin-



gu. W zeszłym roku zostałam twarzą znanej firmy Karen. W mojej karierze było już wiele osiągnięć w wyborach oraz na wybiegach, między innymi podczas Fashion Show w Kielcach.

Jednak najlepiej pamiętam i lubię pokazy w Krakowie, w Hotelu Europejskim i ostatni pokaz na Dzień Kobiet w kawiarni MIMIKA przy Teatrze Słowackiego. Jestem wzorową uczennicą, mam co roku świadectwo z paskiem. Biorę czynny udział w życiu szkoły, uczestniczę w konkursach. Zająłam pierwsze miejsce w szkole w Ogólnopolskim Konkursie Ekologicznym Eko-Planeta. W przyszłym roku zamierzam podjąć studia amerykańistyki w UJ i w Nowej Hucie na pewno zamieszkać.

Z.F.: Jak wygląda Twoje zainteresowanie sportem, skoro jesteś w liceum o profilu sportowym?

R.O.: Kocham sport, interesuję się siatkówką i żużlem. Oglądam każdy mecz naszej reprezentacji siatkarskiej. Moja ulubiona grupa żużlowa to Speedway Wanda Kraków. Moim ulubionym żużlowcem jest Rafał Trojanowski, którego osobiście poznałam podczas gali i konkursu. Byłam na wielu galach bokserskich i sportów walki, tu raczej zawodowo, ponieważ

byłam zatrudniona jako tzw. ring girl, też mocne przeżycia. Interesuje mnie więc siatkówka i mocne sporty. Cieszę się z tytułu Miss Speedwaya. Pragnę często bywać na meczach żużlowych Wandy. Trudno będzie do matury, ale po maturze chcę być na każdym meczu i dopingować drużynę. Wierzę, że nie tylko utrzymają się w lidze, ale będą w ziołowce. Uwielbiam uczyć się języków obcych. Obecnie znam język: rosyjski, hiszpański i angielski. Interesuję się również wizażem i stylizacją. Fascynuję się podróżami, szczególnie do krajów egzotycznych. Jestem osobą bardzo sympatyczną i miłą – lubię pomagać ludziom, także tym których spotykam na ulicy. Nie przechodzę obojętnie, jeśli spotykam na ulicy osoby poszukujące pomocy.

Z.F.: Czego życzysz młodzieży nowohuckiej? Jakie jest twoje przesłanie dla młodzieży tutejszej od tak utytułowanej dziewczyny?

R.O.: Młodzi ludzie powinni wierzyć w Nową Hutę. Nowa Huta jest miejscem wspaniałym, które rozwija się bardzo dobrze. Powstaje tu coraz więcej parków, miejsc gdzie można spędzać czynnie czas. Powstają nowe miejsca, gdzie może spotykać się młodzież. Nowa Huta stała się miejscem, które przyciąga inwestorów, a za tym idą nowe miejsca pracy. Sądzę, że młodzież Nowej Huty jest świadoma tego co ona oferuje. Często widzę grupy nastolatków, które czynnie uprawiają sport. Ludzie młodzi łatwo znajdują cel w swoim życiu tylko trzeba im go pomóc realizować. Nowa Huta daje im taką możliwość.

Z.F.: Twoje priorytety na najbliższy czas?

R.O.: Oczywiście zdać jak najlepiej maturę i zostać studentką Uniwersytetu Jagiellońskiego – poznać kolejny egzotyczny kraj, najlepiej azjatycki, być może: Chiny, Indie, Indonezję lub Tajlandię, już jako modelka zdobyć środki żeby założyć fundację pomocy dzieciom, które straciły rodziców.

Z.F.: Dziękuję za rozmowę i życzeń powodzenia w realizacji tak ambitnych planów.

pierwszy projekt STYLOWA NOWA HUTA studio

EROINA. BOHATERKA opowieści nowohuckich KOBIEC

O niezwykłym filmowym projekcie, którego tematem stały się historie siedmiu kobiet z Nowej Huty rozmawiam z jego pomysłodawczynią i reżyserką Katarzyną Szczęśniak.

Aga Łoś: STYLOWA NOWA HUTA już nie tylko blog. Od końca ubiegłego roku wasza działalność mocno się wzmocniła.

Katarzyna Szczęśniak: Zgadza się. I teraz nowohucki blog (www.stylowanowa-huta.blogspot.com) o ludziach, miejscach i inicjatywach ma swoją kontynuację w filmowej formie. Albo inaczej, a filmowa część naszej działalności jest oszerzeniem tej dotychczasowej, czyli fotografowania nowohucian i nowohucianek, słuchania ich historii, opowiadania o nich. Nie jest to też sprawa, która zdarzyła się nagle i niespodziewanie. W ubiegłym roku otrzymaliśmy (Ośrodek Kultury im. C.K. Norwida) dofinansowanie z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, dzięki któremu wyposażyliśmy w podstawowy sprzęt studio filmowe w ARTzonie, co pozwoliło nam na filmową odsłonę Stylowej Nowej Huty.

A.Ł.: Skąd pomysł, żeby to właśnie kobieta stała się tematem pierwszego filmowego projektu STYLOWA NOWA HUTA studio?

K.Sz.: Pierwszy projekt filmowy „Heroína. Bohaterka” jest ściśle związany z Festiwałem Kobiet pod tą samą nazwą, który zorganizowała ARTzona Ośrodka Kultury im. C.K. Norwida we współpracy z Babkami z Nowej Huty. Temat projektu był więc oczywisty. W projekt zaangażowałyśmy 7 kobiet – nowohucianek. Pomysł był taki, aby przez wszystkie siedem dni Festiwalu jedna z kobiet opowiadała swoją historię związaną z Nową Huta. Ułożyło się to w bardzo ciekawą opowieść spiętą w całość kłębem kompozycyjną – w wypowiedziach obu bohaterek, pani Stanisławy, jako pierwszej, i Karoliny, jako

ostatniej, dużą rolę odgrywa tożsamość nowohucka, budowanie przywiązania do miejsca, w którym żyją. Całość projektu to osobiste historie i narracje naszych bohaterek umiejscowione w nieco szerszym nowohuckim kontekście. O tym jednak, jak szeroki jest kontekst naszej opowieści, decydowały bohaterki.

A.Ł.: Każdej z bohaterek przyporządkowane zostało konkretne hasło. Było ono zaplanowane wcześniej czy zostało przypisane w trakcie realizacji materiału?

K.Sz.: Tak, hasła były przemyślane wcześniej. Huta, Energia, Rewolucja, Od deski do deski, Inspiracje, Nowoczesna, Adoptowana. To była nasza jedyna ingerencja w temat wypowiedzi. Reszta to subiektywne przemyślenia i doświadczenia bohaterek. Można powiedzieć, że wszystkie siedem historii jest opowiedziane przez to w sposób osobisty, ale w odniesieniu do kulturowych, społecznych znaczeń w Nowej Hucie.

A.Ł.: Która z siedmiu historii najbardziej cię zaskoczyła, zaskoczyła?

K.Sz.: Ktoś już mi zadał takie pytanie i chyba nie umiem na nie jednoznacznie odpowiedzieć. To nie jest ten rodzaj uczucia. To jest taki rodzaj emocji, którego doświadczasz, słuchając czyjejś opowieści, wspomnień. Stajesz się przez to uczestniczką tych wspomnień.

A.Ł.: Jaką Nową Hute zobaczyłaś w historiach tych 7 kobiet?

K.Sz.: Nową Hute, którą możemy poznać, słuchając opowieści o osobistych doświadczeniach bohaterek, pełną „żywych emocji”, wydarzeń im bliskich i dla nich ważnych. To indywidual-

na pamięć o Nowej Hucie, która oparta jest na indywidualnych przeżyciach i doświadczeniach naszych bohaterek. A dzięki temu, że zgodziły się one uczestniczyć w naszym projekcie, my jako odbiorcy mamy możliwość przeżycia tej rzeczywistości.

A.Ł.: Będzie ciąg dalszy nowohuckich opowieści?

K.Sz.: Tak na pewno, już teraz przygotowujemy się do kolejnego projektu. Tym razem skupimy się na miejscach...

A.Ł.: A czego możemy oczekiwać w najbliższym czasie ze strony STYLOWA NOWA HUTA studio?

K.Sz.: Po pierwsze tego, że nadal będziemy robić to co robimy od dwóch lat – fotografować ludzi, miejsca i słuchać ciekawych historii. Jest tyle ciekawych inicjatyw, tylu inspirujących ludzi w Nowej Hucie. Na początku naszej działalności napisaliśmy „Stylowa Nowa Huta to blog pozwalający poznać sąsiadów, tych bliższych i dalszych. Na stronach bloga spotykają się nowohucianie mieszkający obok siebie, ci, którzy mijają się codziennie na klatce lub pracują gdzieś niedaleko. Podglądamy, jak wygląda Nowa Huta, pokazujemy jej mieszkańców. Co znajdziecie na blogu? Zdjęcia, opisy, rozmowy z kolejnymi złapanymi, będziecie Wy, nowohucianie, i będzie Nowa Huta” – to się nie zmienia. Może zmienia się sposób, w jaki to robimy, stąd ewolucja naszego bloga i rozszerzenie naszych działań o film.

A.Ł.: Dziękuję za rozmowę.

*** Poszczególne odsłony projektu filmowego „Heroína. Bohaterka” można zobaczyć na kanale YouTube ARTzony oraz na stronie internetowej www.artzona.okn.edu.pl.

Podczas tegorocznych ferii zimowych dzieci uczęszczające do świetlic popołudniowych prowadzonych przez Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju Nowej Huty („Gwiazdeczki”, „Zwariowane Aniolki”, „Potworki”) miały okazję uczestniczyć w wycieczce do miejscowości Sadek-Kostrza. Mała urokliwa miejscowość jest oddalona od Krakowa około godziny drogi, w jej pobliżu mieści się góra Kostrza.

WIELORYB PEŁEN TAJEMNICZEJ MOCY



Jest to góra wyjątkowa: nie dość, że wygląda jak potężny wieloryb, to jeszcze wedle legendy mieściło się na niej pradawne grodzisko. Obecnie porastają ją wspaniałe drzewa, a wśród nich rzadki gatunek paproci. Znaleźć tu można również zimną wodę – czyli nigdy niezamarzające źródło. Może właśnie dlatego okoliczni mieszkańcy uważają górę Kostrzę za miejsce o tajemniczej mocy. Mniej może sławne niż Wawel, Łysa Góra czy Ślęza – lecz tym bardziej warte odkrycia.

Skuszone krainą wieloryba dzieci z nowohuckich osiedli miały okazję spacerować w jej pobliżu, a przy okazji zwiedzić gospodarstwo pełne świnek, baranków, krów, a przede wszystkim króliczków, które cieszyły się największą popularnością wśród dzieci. Milusińscy zostali także zaproszeni na wspaniałe jabłka prosto z kostrzańskie-

go sadu, który słynie ze swych smacznych owoców. Po wyczerpującym spacerze w izbie dawnej szkoły podstawowej, która obecnie jest świetlicą, można było wysłuchać opowieści o starym piecu do pieczenia chleba i innych atrakcjach tego czarodziejskiego zakątka.

W porze popołudniowej, po smacznym obiedzie dzieci uczestniczyły w warsztatach mydlarskich. Każdy wykonał własnoręcznie „przy pomocy pani Zosi” mydełko glicerynowe, czyli tzw. mydlane wielorybki, o zapachu różnych aromatycznych olejków. Chętni dodatkowo mogli wyszyć sobie szmacianego wielorybka na pamiątkę. Na koniec pobytu odbyła się krótka zabawa na pobliskim placu oraz długie podziękowania i gorące zaproszenie od organizatorów do ponownych odwiedzin.



ZNACZENIE LASU W ŻYCIU CZŁOWIEKA

Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Krakowie oraz Stowarzyszenie Dziennikarzy RP Oddział Małopolski w Krakowie zorganizowały interesujące spotkanie w Klubie Dziennikarzy Pod Gruszką podsumowujące jubileusz 90-lecia Lasów Państwowych i 70 lat Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krakowie. Poprowadził je dr Zbigniew Bajka łączący swoją wiedzę dziennikarską z miłością do lasów jako długoletni myśliwy. Zebrani na wstępie obejrzeli film ukazujący historię lasów w Polsce i ich znaczenie. Zdzisława Kot-Malinowska przybliżyła Gospodarkę leśną w Małopolsce. Prof. Zbigniew Bonczar przedstawił las jako ostoję gatunków zwierząt chronionych, a dr Inż. Marek Wajdzik mówił o łowiectwie w Małopolsce. Gościem honorowym spotkania był prof. Antoni Dziatkowiak (na zdjęciu), który przedstawił swoje refleksje pod hasłem Człowiek i las. Poniżej przedstawiam omówienie wybranych problemów z pierwszego i głównie ostatniego referatu, które moim zdaniem najbardziej zainteresują Czytelników „Głosu”.

Lasy Państwowe powstały w 1924 roku jako przedsiębiorstwo państwowe Polskie Lasy Państwowe (formalnie powołane Rozporządzeniem Prezydenta Rzeczypospolitej z dnia 28 czerwca 1924). Charakter przedsiębiorstwa państwowego Lasy Państwowe utraciły już 1 lutego 1925 roku. W wyniku nacjonalizacji lasów po zakończeniu II wojny światowej wszystkie lasy o obszarze przekraczającym 25 hektarów znalazły się w rękach państwa. W styczniu 1945 roku do Krakowa przybyła grupa leśników, których celem było zorganizowanie administracji leśnej w Małopolsce, a zatem w tym roku mija 70 lat od początków funkcjonowania regionalnego przedsiębiorstwa zarządzającego lasami w Małopolsce.

JAKIE JEST ZALESIENIE W POLSCE?

Lasy w Polsce to zbiorowiska leśne na terenach Polski. Od czasów prehistorycznych w wyniku procesów cywilizacyjnych i ekspansji człowieka obszary leśne stopniowo zmniejszały się. Znaczne przyspieszenie kurczenia się lasów (wylesianie) nastąpiło w XIX i XX wieku. Jeszcze pod koniec XVIII wieku leśistość Polski wynosiła ok. 40% (w ówczesnych granicach), ale po II wojnie światowej w 1946 roku wynosiła ona tylko 20,8%. Gospodarka leśna w latach 1946-1970, polegająca w znacznym stopniu na zalesianiu (głównie plantacjami sosnowymi) zwiększyła leśistość Polski do 28%. Obecnie (stan w dniu 31 grudnia 2013) obszary leśne zajmują 9177,2 tys. ha, co stanowi 29,4% powierzchni kraju. Od końca II wojny światowej zasoby leśne Polski systematycznie się powiększają. Zgodnie z Narodowym Programem Zwiększania Leśistości w 2020 roku lasy mają stanowić 30% powierzchni kraju, a w 2050 – 33%.

Skład gatunkowy lasów w Polsce (2005) według gatunków panujących: ● sosna i modrzew 67,4% ● świerk, jodła i daglezią 8,2% ● dąb, jesion, klon, jawor, wiąz 6,7% ● brzoza 6,3% ● olcha 5,3% ● buk 5,0% ● drzewa liściaste innych gatunków 1,1%.

NIECH LASY BĘDĄ WŁASNOŚCIĄ SPOŁECZEŃSTWA

Lasy Państwowe działają na podstawie ustawy z 28 września 1991 r. o lasach, jako państwowa jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej. W 2005 roku około 85% powierzchni lasów należało do państwa. W ostatnich latach pojawiły się opinie o potrzebie komercjalizacji lasów, a może nawet prywatyzacji. Spotkało się to z negatywną reakcją większości społeczeństwa. W odpowiedzi politycy rządzącej obecnie koalicji zapewnili, że nie planują prywatyzacji lasów, a nawet są gotowi dokonać zmian w Konstytucji, które zagwarantowałyby zachowanie lasów jako majątku wszystkich Polaków.

LAS ZNACZY ŻYCIE

Mówimy „zieleń to życie” i myślimy o lesie, o którym wypowiedziano i na-

SPOŁECZNE ZNACZENIE LASU

Lasy są wspólnym ogólnonarodowym dziedzictwem naturalnym, są własnością całego narodu i państwa. Naród ma prawo do lasu korzystać, a więc i obowiązek o niego dbać. Administracja Lasów Państwowych czyni wszystko, by lasy były dostępne dla obywateli, z jednoczesną troską o utrzymanie równowagi pomiędzy narastającą penetracją ludzką, a granicą odporności lasu na „zadeptanie”. Nie jest to łatwe. Ludzie ciągną do lasu, a niektórzy leśnicy akurat w tym czasie ścinają drzewa,

ce łowieckiej i leśnej ilościowy stan zwierzyny, z pewnymi wyjątkami, wydaje się być zadowalający. Gorzej z jego jakością.

Sto piętnaście tysięcy myśliwych w Polsce jest armią „strażników” i ochroniarzy przyrody. Gdyby nie racjonalna gospodarka łowiecka w ścisłej współpracy z leśną bracią, to nie moglibyśmy się dzisiaj poszczycić niezłym zwierzo- stanem w Europie. Nasz własnościowy status lasów państwowych i model łowiectwa oraz nasze prawo łowieckie są wzorem dla wielu krajów Zachodniej Europy, gdzie są jednak trudności z adaptacją powodowane m.in. prywatną własnością dużych obszarów lasów. Dlatego też próby niektórych naszych nieodpowiedzialnych polityków i przedstawicieli kapitału zmierzające do prywatyzowania lasów państwowych zostały oddalone, ponieważ lasy są własnością całego narodu, a nie grupki zamożnych. Są istotne ważne dla życia i kondycji całego narodu.

Człowiek powinien zmierzać do utrzymania w środowisku naturalnej selekcji, a ingerować tylko wówczas, gdy zachwiana równowaga powoduje przewagę gatunku, który przez błędne postępowanie człowieka utracił swojego

naturalnego przeciwnika, a więc zagraża istnieniu innego gatunku. Przykładem jest norka amerykańska, jenot, lis i krukowate ptaki, których ilościowa ekspansja zagraża innym gatunkom.

STRATEGIA I PROGRAMY

Najciekawszym fragmentem wystąpienia prof. Antoniego Dziatkowiaka było podsumowanie, stąd przytaczam go w pełni. „Skoro lasy są ogólnonarodowym dziedzictwem, dobrem i majątkiem, to każdy obywatel jest zobowiązany o to dobro się troszczyć i dbać. Więc i ja, rodzinnie mocno związany z lasem, zabieram jako lekarz głos w sprawie lasów, które, jak wiemy, wymagają też leczenia i profilaktyki. Matka moja marzyła, bym został księdzem, ojciec zaś pragnął we mnie widzieć leśnika. Przeto wirtualne połączenie moich genów duchownego, leśnika i medyka podsuwa mi główne, moim zdaniem, tematy do przemyślenia oraz zadania do ewentualnych realizacji.

1. Polskie Lasy Państwowe są majątkiem i dobrem ogólnonarodowym, należącym do narodu polskiego, a nie do wybranej grupki zamożnych, którzy pragną lasy reprivatyzować i prywatyzować, posiłkując się górnolotnymi hasłami o prawie własności, by zagłuszyć czujność obywateli w celu zawłaszczenia dla swoich komercyjnych celów największego dzisiaj skarbu narodowego, jakim są lasy, większego niż cały polski przemysł kopalniany i hutniczy z przetwórstwem.

2. Należy zatrzymać ekstenzywną gospodarkę leśną i zwalczać technokratyczne pojmowanie lasów przez niektórych polityków i administratorów, jako miejsca produkcji drewna dla przemysłu i pomnażania dochodów uprzywilejowanej grupy ludzi. Zagrożenie przejmowania – wykupywania i innych zakamuflowanych form komercjalizacji przez kapitał i polityków – dziedzictwa i skarbu narodowego jakim są lasy państwowe, jest i będzie przez zachłanych kontynuowane, przeto należy stale być czujnym i z wyprzedzeniem sto-

sować ogólnonarodowe działania profilaktyczne, jak w zagrożeniu człowieka chorobami zakaźnymi i cywilizacyjnymi.

3. Przy każdej nadarzającej się sposobności wykorzystywać okazje oddziaływania na dzieci, młodzież i na społeczeństwo oraz przypominać, że lasy są nierozdzielnie związane z rozwojem człowieka i są niezbędne dla jego zdrowia i życia. Rodzice, szkoły i uniwersytety powinny kształcić umysły w celu wyrabiania umiejętności korzystania z daru łaski Natury – zdolności odczuwania piękna przyrody w lesie, abstrakcyjnego myślenia, bez którego nie ma motywacji i zdolności twórczego działania i ochrony tego, co na co dzień jest oczywiste, ale niezauważalne – ochrony środowiska naturalnego. Taka będzie biologiczna i intelektualna jakość i wartość naszych przyszłych pokoleń, jakie dzisiaj jest i jakie jutro będzie nasze w środowisku postępowania. To, co człowiek dotychczas w lasach zepsuł, można jeszcze mądrym działaniem naprawić.

4. W środowisku naturalnym dbać o poprawę mikroklimatu drogą przywrócenia pierwotnego stanu nawodnienia i wilgotności. Monokultury reaktywować różnogatunkowym zalesieniem i przywrócić pierwotny, sprzed wieku, naturalny stan struktury gatunkowej, szczególnie w okęgach wielkoprzemysłowych. Gospodarka leśna jest opłacalna, a zasoby leśne odnawialne i odtwarzalne, jeśli stosowane będą we właściwym czasie odpowiednie dla danego regionu, oparte na nauce i doświadczeniu sposoby racjonalnej gospodarki.

5. Szanując prawo prywatnej własności należy dopilnować właściwej gospodarki leśnej w lasach prywatnych, zapobiec komercyjnemu wycinaniu najlepszych drzew, nakłonić i zmotywować właścicieli do ciągłego odnawiania lasu.

6. Doceniać i popierać wysiłki, pracę i rezultaty wielu pokoleń polskich leśników i myśliwych, którzy czując wielowartościową rolę i znaczenie lasu w życiu człowieka, dbają, chronią i odnawiają zasoby leśne i zwierzęce. W dobrze pojętym interesie przyrody, należy masowo wchodzić w struktury organizacyjne Zielonych i Ekologów oraz wspólnie wspomagać samorządy terytorialne w działaniach na rzecz ochrony środowiska, a zwłaszcza w ochronie lasów przed szkodnikami cywilizacyjnymi i lotnymi, we współpracy z ościennymi zagranicznymi władzami administracyjnymi.

7. Nadzrędnym celem nas wszystkich jest zachowanie trwałości lasu, jako ekosystemu i ciągłości użytkowania jego odnawialnych zasobów. Czy lasy wytrzymają napór cywilizacji? Czy przemysł i turystyka leśna oraz wkraczająca do lasu agroturystyka, nie doprowadzą do zadeptania lasów? Wraz z wejściem człowieka do lasu zaznacza się jego osobista kultura. Chcesz zapewnić ciągłość użytkowania zasobów leśnych przez twoje dzieci i wnuki oraz korzystanie z leśnej rekreacji, by mogły oddychać świeżym powietrzem i podziwiać m.in. przyrodnicze misteria, jak leśne gody, wędrówki ptaków, sejmiki bocianów, klucze gęsi i klangory żurawi – ryczenie jeleni, beczenie danieli i bukowisko łosi – nie przeszkadzaj, a pomagaj Naturze!

Te przesłania w sprawie lasu wybitnego kardiologa prof. Antoniego Dziatkowiaka polecam uwadze Czytelników Głosu, bo w pełni zasługują na uwagę i realizację.

SLAWOMIR PIETRZYK
Fot. Krzysztof Szpetkowski



pisano już wystarczająco dużo oraz patetycznie określono, czym jest: największym bogactwem naturalnym Polski, skarbnicą ojczyznej przyrody, arcydziełem natury, przestrznią przyrodniczą, wspólnym dobrem i dziedzictwem, wiecznym i powszechnie dostępnym darem przyrody, miejscem ciszy, spokoju i ukojenia na łonie natury oraz źródłem przeżyć emocjonalnych i estetycznych.

Można by nadal mnożyć te określenia, ale dla przeciętnego obywatela te hasła znaczą tyle, ile indywidualnie od lasu oczekuje: wypoczynku, rekreacji na łonie natury, zbioru jagód, malin, ostrzyżyn i grzybów, odizolowania i ewentualnie ukrycia się oraz wielu innych, chwilowo pożądanych, walorów użytkowych. Ścinka drewna mało go interesuje. Nie zastanawia się nad sensem istnienia i rolą lasu jako autonomicznego kompleksu środowiska, w którym żyjemy. Dlatego prof. Dziatkowiak spogląda na las od nieco innej strony, z punktu widzenia lekarza chirurga, który przez ponad 50 lat od rana do nocy i często przez kolejne noce z konieczności zawodowej pracował przy sztucznym oświetleniu w szczelnie zamkniętym klimatyzowanym pomieszczeniu sal operacyjnych i w celu utrzymania dobrej kondycji psychofizycznej każdą możliwą okazję wykorzystywał do przebywania w lesie.

Stąd Jego spojrzenie na las jest nieco odmienne niż polityka, administratora, leśnika, rolnika, czy człowieka pracującego w dzień na wolnym powietrzu. Dla niego las znaczy życie! I to dosłownie! I jak życie ma przebogata mozaikę niezliczonych sukcesów, radości, smutków, tragedii, uwarunkowań, form i zdarzeń danych istotom myślącym, tak i las, jako skomplikowane, ale przez Naturę uporządkowane zbiorowisko flory i fauny w ekosystemie spełnia rozliczne, nie zawsze przez nas uświadamiane sobie, życiodajne i nawzajem się ząbajające pożyteczne funkcje.

co przeszkadza w rekreacji i ścinie. W zasadzie umiarkowana liczba odpowiednio zachowujących się turystów na wyznaczonych szlakach, nie powinna lasowi zaszkodzić. Racjonalna eksploatacja lasu zależy od kultury turystów oraz wiedzy, rozsądku i wyobraźni użytkowników. Zagrożenie pożarowe w okresie suszy i opylanie chemiczne lasów z powietrza są jedną z oczywistych przyczyn wydania zakazu wstępu do lasu.

Wypoczynek i rekreacja w lesie może być bierna, w formie np. leżakowania na kocu lub aktywna w postaci wycieczek pieszych, rowerowych i konnych na wytyczonych trasach. Zabronione są w lesie wycieczki spalinowymi pojazdami mechanicznymi, szczególnie hałaśliwe moto-crossy i inne głośne pseudosportowe zawody na quadach.

Grzybobranie w Polsce należy do kultowego obyczaju. W czasach PRL-u autobusowe wycieczki na grzyby były tradycją, która niestety niestety zamieniała się w głośną alkoholową libację na łonie natury. Obyczaj grzybobrania jest głęboko zakorzeniony w naszej tradycji, bo nie można sobie wyobrazić wycieczki wigilijnej bez potraw z suszonych grzybów i zakąsek bez marynowanych prawdziwków, maślaczek lub rydzów. A że corocznie zdarzają się śmiertelne zatrucia grzybami niejadalnymi, to już inna sprawa. Za brak wiedzy i wyobraźni drogo się płaci. Dlatego w krajach Europy Zachodniej zaniechano zbierania grzybów, bo wiem za wysokie jest ryzyko śmiertelnej pomyłki.

ZWIERZYNA I ŁOWIECTWO

Żyjąc w lasach w stanie dzikim zwierzyna podlega zasadom wolności regulowanej prawami ekosystemu. W cyklu pokarmowym roślinożerne, zagrożone są przez mięsożerne, a obydwie grupy przez człowieka, kłusowników, dziedziczy psy i inne obecne w naszym ekosystemie drapieżniki, jak jenoty i norki amerykańskie. Pomimo zagrożeń, dzięki racjonalnej gospodar-

Teraz mieszkania w **MDM** lub rabat!!! Zaskoczony? Sprawdź!



604 171 459
www.fajnydom.pl



Biuro Sprzedaży: ul. Sołtysowska 12a, 31-589 Kraków, biuro@fajnydom.pl

PIT-a ŚLIJ Z CENTRUM HANDLOWEGO

Nie zwlekaj ze złożeniem zeznania podatkowego do końca kwietnia. Już w weekend 13-15 marca 2015 roku możesz wysłać swojego PIT-a podczas zakupów. Przez trzy dni pracownicy małopolskiej administracji podatkowej będą czekać na Ciebie w czterech galeriach handlowych w naszym regionie. Pomogą Ci wypełnić zeznanie podatkowe i od razu wysłać je elektronicznie bezpośrednio do Twojego urzędu skarbowego.

Ogólnopolska akcja „Szybki PIT w galerii handlowej” odbędzie się w dniach 13-15 marca (od piątku do niedzieli) w godzinach od 12.00 do 18.00 w centrach handlowych w największych miastach Polski. W samym województwie małopolskim akcja odbędzie się w czterech miejscach – w Nowym Sączu, w Tarnowie oraz w dwóch centrach handlowych w Krakowie. Na specjalnych wyznaczonych stanowiskach informacyjnych ciągle dyżur będzie pełniło kilkoro ekspertów z urzędów skarbowych. Udzielać oni szczegółowych informacji na temat rozliczenia podatku dochodowego za ubiegły rok oraz rozwiązań wątpliwości związanych z wypełnieniem zeznania podatkowego czy skorzystaniem z ulg podatkowych i odliczeń. Najważniejsze jednak jest to, że eksperci pomogą wprowadzić PIT-a do systemu e-Deklaracje i sprawnie wysłać go przez internet do dowolnego urzędu skarbowego w Polsce. Na miejscu otrzymają Państwo także urzędowe potwierdzenie odbioru zeznania. Pomoc urzędników

jest w pełni darmowa i nie wiąże się ze spełnieniem jakichkolwiek warunków.

– Jesteśmy nowoczesną administracją nastawioną na potrzeby naszego klienta. Staramy się wychodzić naprzeciw oczekiwaniom Podatników i ułatwić im złożenie swojego zeznania podatkowego poprzez tworzenie dodatkowych stanowisk obsługi poza urzędami skarbowymi – mówi Konrad Zawada, Rzecznik Prasowy Izby Skarbowej w Krakowie. Wysłanie rocznego zeznania PIT przez system e-Deklaracje to najłatwiejszy, najszybszy i zupełnie darmowy sposób rozliczenia się z urzędem skarbowym.

Żeby skorzystać z pomocy pracowników urzędów skarbowych wystarczy zabrać ze sobą rozliczenie PIT-11 jakie otrzymujemy od pracodawców lub inne dokumenty świadczące o uzyskanych dochodach w 2014 roku. Jeśli chcemy skorzystać z ulg podatkowych, to należy również pamiętać o zabraniu ze sobą potwierdzenia wydatków, które chcemy odliczyć. Bardzo ważne jest

by mieć ze sobą zeszlazoroczne rozliczenie PIT (za 2013 rok) lub dokładną kwotę przychodu uzyskanego w 2013 roku – informacje te będą potrzebne do identyfikacji danych w systemie e-Deklaracje.

– Zapraszamy do galerii handlowych w województwie małopolskim. Z naszą pomocą bardzo szybko wypełnicie Państwo swojego e-PIT-a – przekonuje Rzecznik Prasowy Izby Skarbowej w Krakowie.

Akcja „Szybki PIT w galeriach handlowych” zostanie zorganizowana w następujących centrach handlowych w Małopolsce:

Kraków – Galeria Krakowska, ul. Pawia 5

Kraków – Centrum Handlowe M1, al. Pokoju 67

Nowy Sącz – Galeria Sandecja, ul. Węgierska 170

Tarnów – Gemini Park, ul. Nowodąbrowska 127

Z pomocy urzędników można też skorzystać odwiedzając inne galerie handlowe na terenie całej Polski. Jest ich aż 67! Lista lokalizacji dostępna jest na stronie szybkiPIT.pl

Uwaga! Na stanowiskach w galeriach handlowych urzędnicy skarbowi nie będą przyjmować zeznań podatkowych PIT w formie papierowej.

Szanowni Państwo

Nasz, obecnie 20-letni już, syn Piotr Piwowarczyk został ciężko poszkodowany w wypadku drogowym.

Od tego dnia mija trzeci rok. Poniesione przez Piotra obrażenia doprowadziły do poważnych ubytków fizycznych i rozległych urazów neurologicznych (porażenie czterokończynowe, porażenie mięśni oddechowych). Przez kilka miesięcy syn był w śpiączce. Obecnie już przytomny, doskonali obserwacje otoczenia, ludzi. Uśmiecha się, reaguje na głos, przygląda się pokazywanym przedmiotom i obrazkom. Wyraźnie widać jego pozytywną reakcję na wybrane osoby, zmienia mimikę twarzy.

Czasem podobnie reaguje na zabawne opowieści. Wszystkie te reakcje, choć mogą wydawać się drobne i nieznaczne, pokazują jak bardzo garnie się do życia, jaki poczynił postęp w porównaniu do stanu sprzed dwu lat. Co więcej pojawiły się u niego ruchy prawej nogi i lewego uda. W 2014 roku Piotr został zakwalifikowany do programu leczenia komórkami macierzystymi. Miał już trzy podania tych komórek i planowane są kolejne. Wiemy, że te komórki oraz dalsza intensywna rehabilitacja da szansę na poprawę jego stanu zdrowia i możliwość samodzielnego oddychania. Ponieważ regeneracja neurologiczna to żmudny, długi proces, działanie to musi trwać bez przerw i przez bardzo długi czas.

Prosimy Państwa o pomoc finansową, zabiegi rehabilitacyjne są kosztowne a musi ich być dużo. Nasza wiara w ich skuteczność jest ogromna, bo głównie dzięki nim Piotr przebudził się ze śpiączki i pojawiły się pierwsze ruchy.

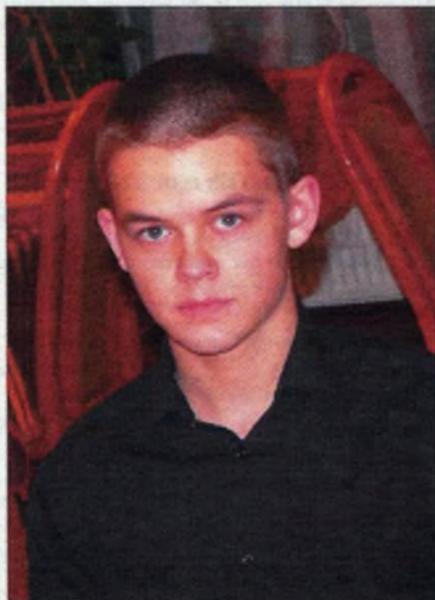
Koszt 1 godz. neurorehabilitacji w domu chorego to 150-170 zł. Dlatego apelujemy o to abyście Państwo pomogli sfinansować, niezbędne Piotrowi, ćwiczenia rehabilitacyjne. Piotr wymaga poza systematyczną rehabilitacją, opieki wielu specjalistów i właściwej pielęgnacji. Zebrane środki finansowe, pomogą również zakupić potrzebny sprzęt rehabilitacyjny i ortopedyczny, leki oraz opłacić badania specjalistyczne.

Prowadzimy na FB profil Piotra nazwa profilu:

pomocdlapiotra@gmail.com Zapraszamy do odwiedzin.

Piotr jest podopiecznym Fundacji Dzieciom "Zdążyć z pomocą", jest to Organizacja Pożytku Publicznego dzięki temu możecie Państwo przekazać 1% podatku, za co będziemy bardzo wdzięczni.

Anna i Zbigniew Piwowarczyk



Przekazanie 1% podatku:

nr **KRS 0000037904**
w kolejnej rubryce:
wnioskowaną kwotę
w następnej części
"informacje uzupełniające"
w pozycji "cel szczegółowy"
należy wpisać:

19100, Piotr Piwowarczyk

Indywidualne wpłaty należy kierować na konto:

Fundacja Dzieciom
"Zdążyć z pomocą",
ul. Łomianańska 5,
01-685 Warszawa
nr. konta:
15 1060 0076 0000 3310 0018 2615
z dopiskiem:
19100, Piotr Piwowarczyk
darowizna na pomoc
i ochronę zdrowia





ZAKŁADY POGRZEBOWE

Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.

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

DYŻUR CAŁODOBOWY – PRZEWOZY Z MIESZKAŃ

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

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

REALIZUJEMY WSZELKIE ZASIŁKI POGRZEBOWE

CORDIA

B. KWIECIŃSKA

www.cordia.com.pl

os. Na Skarpie 24 os. Urocz 5

czynne 8.00-15.30

12 644-87-75, 512-179-466
504-180-180

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE TANIO – CAŁODOBOWO



POGRZEBOWE USŁUGI BEZGOTÓWKOWO CAŁODOBOWY PRZEWÓZ Z MIESZKAŃ

☎ 12-645-47-24, 508-163-001 (CAŁĄ DOBĘ)
(cmentarz w Grębałowie)

ZAKŁAD USŁUG POGRZEBOWYCH „MORFON”

os. Dywizjonu 303 31J (od al. Andersa), tel. (012) 641-68-17
Tel. całodobowe: (012) 649-59-96, 0604-296-932 **ROZLICZENIE BEZGOTÓWKOWE**

Wiesławowi Wojnarskiemu

wyrazy głębokiego współczucia i żalu

z powodu śmierci

MAMY

składają

Rada i Zarząd Dzielnicy XVII

Wzgórze Krzesławickie

Naszemu Koledze **Wiesławowi Wojnarskiemu**

składamy wyrazy głębokiego współczucia i żalu

z powodu śmierci

MAMY

Koledzy z sekcji „Nad Dłubnią”
Polskiego Związku Hodowców Gołębi Poczтовых

Pani redaktor Krystynie Lenczowskiej

wyrazy głębokiego współczucia

z powodu śmierci

TATY

składa

grono stałych czytelników

INFORMATOR HANDLOWO-USŁUGOWY

ŚLUBY MIEJSKIE I LOKALNE

Pogotowie Ratunkowe 999.
 Pogotowie Ratunkowe (N. Huta) 999.
 Straż Pożarna 998, 646-01-10.
 Policja 997.
 Policja Nowa Huta: os. Zgody (VIII KP) 12 61 52-910, os. Złotej Jesieni 11 C (VII KP) 12 61-52-911, 12 615-33-19.
 Straż Miejska 12 688-22-30 (Oddz. III Nowa Huta).
 Pogotowie gazowe 992.
 Pogotowie dźwigowe 12 644-23-08.
 Pogotowie c.o. 12 644-38-46.
 Wodociągi 12 648-28-61.
 Toksykologia 411 99-99.
 Pogotowie ADREM (elektr., c.o., wod.-kan.-gaz) 644-19-69, 643-27-43. ADREM awarie poza budynkiem 644-12-10.
 Pogotowie elektryczne dla os. Oświecenia 647-05-65 w dni powszednie i 647-15-87 w dni świąteczne.
 Całodobowy telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin 411-60-44.

MEDYCYNĄ I ZDROWIE

▼ PRACOWNIA USG - LEK. MED. B. STEPIEŃ - os. Handlowe 8, tel. 12 644-78-26, 12 640-50-90 lub 696-047-450: badania jamy brzusznej, tarczycy. Czynna: poniedziałek 12.00-16.00, wtorek-piątek 9.00-12.00.
 ▼ GABINET KARDIOLOGICZNY. Lek. med. Krzysztof Idec, os. Centrum A, bl. 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.
 ▼ REHABILITACJA, masaż leczniczy, wizyty domowe. Tel. 12 414-11-97.
 ▼ PROTEZY DENTYSTYCZNE, naprawy, dostawianie zębów w domu pacjenta. Dojazd gratis. 694 242 764.
 ▼ KARDIOLOG, echo serca. 12 648-00-44.

USŁUGI RÓŻNE

▼ USŁUGI SZKLARSKIE, oprawa obrazów, os. Jagiellońskie 19, Pawilon Handlowo-Usługowy koło kościoła ARKA (wejście z tyłu), tel. 647-86-50.

▼ SERWIS RTV. 012 647-09-30, 0508-08-46-92.
 ▼ ZASTRAJKOWAŁ telewizor? Dzwon 126454765, 6009988 32.
 ▼ PRZECHOWALNIA ROWERÓW (z możliwością przeglądu) i OPON (całoroczna). Plac targowy PIAST, paw. 3. Tel. 647-13-88, kom. 0502-730-087.
 ▼ SALON FRYZJERSKI „Dorota” (damski, męski, dzieci). Pl. Targowy „Piaś”, paw. 26, 27. Tel. 12 681-33-77.
 ▼ OBUWIE - NAPRAWA. Os. Jagiellońskie 19, pawilon handlowy (wejście od tyłu). Tel. 647-86-50.
 ▼ ZAKŁAD ZEGARMISTRZOWSKO-ŚLUSARSKI. Naprawa zegarków mechanicznych i elektronicznych, naprawa zegarów ściennych. Ostrzenie noży, nożyczek, pił, łańcuchów. Dorabianie kluczy mieszkaniowych i samochodowych z immobilizerem. Plac targowy Bieńczyce, paw. 23. Tel. 510-949-066.
 ▼ NAPRAWA I SPRZEDAŻ PARASOLI. Szkolne 14. Tel. 644-98-11.
 ▼ ZAKŁAD PIECZĄTKARSKI, Robert Sroka, os. Niepodległości 3. Tel./faks 12 649-55-55.
 ▼ 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.
 ▼ ANTEN MONTAŻ, naprawa telewizorów wszystkich typów u klienta. 12 640-00-41, 609-586-881.

BIURA KSIĘGOWO-PODATKOWE

▼ BIURO RACHUNKOWE „ATINA”, usługi podatkowo-księgowe. Boh. Września 76. 648-01-89.
 ▼ SALDO - usługi księgowo podatkowe. Rozliczenia VAT-u budowlanego, zeznania roczne PIT-y. 12 641-07-59.

POŚREDNICTWA NIERUCHOMOŚCI

▼ FIRMA „GARRET” - licencje państwowe, sprzedaż-kupno domów, mieszkań. Kredyty. DH „Wanda”, ul. Broniewskiego 1. Tel. 12 642-59-10/11. www.garret.pl.
 ▼ ARKADOM - NAJSKUTECZNIEJSZE BIURO NIERUCHOMOŚCI. Stowarzyszeni w MSPON, 3 licencje państwowe. Os. Jagiellońskie 19, koło kościoła Arka. Tel. 12 641-66-74; www.arkadom.pl.

BIURA TURYSTYCZNE

▼ BIURO TURYSTYCZNE Cerro Torre Szkoła Górską, al. Pokoju 82, 501 568 948, www.szkolagorska-cerrotorre.pl. 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.

USŁUGI MOTORYZACYJNE

▼ FIRMA AUTO KOMPUTER, Janina Walasek, ul. Makużyńskiego 9B. Tel. 644-18-80, 684-19-00 (01, 02), pon.-pt. 8.00-17.00. 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. www.autokomputer.krakinfo.pl.
 ▼ AUTO CENTRUM BLASK, ul. Bulwarowa 33, myjnia ręczna, tel. 644-89-06. Czynna od pon. do sob. 8-18, niedziela 8-15.
 ▼ Samoobsługowa myjnia ręczna (7 dni w tygodniu, 8-23).
 ▼ Serwis i sprzedaż opon (tel. 680-53-10, pon.-sb., 8-18).
 ▼ Serwis klimatyzacji.
 ▼ AUTOMYJNIA. MYCIE RĘCZNE. Ul. Fatimska 6, tel. 644-72-39. Całodobowy parking.
 ▼ ZŁOMOWANIE samochodów, wystawianie zaświadczeń, transport. 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. Tel. 012 644-33-36. Przyjmujemy zamówienia z dostawą do domu.
 ▼ KWIACIARNIA „CUPIDO”, pl. Targowy Bieńczyce 6, tel. 641-46-35. Czynna: pon.-sob. 6.00-19.00, niedziela 9.00-16.00. Zamówienia na telefon. Dowóz w obrębie Krakowa. Wieńce, wiązanki okolicznościowe, bukiety.

PRACOWNIE ZŁOTNICZE

▼ WYROBY ZŁOTE, SREBRNE. Naprawy. Grawerowanie. Skup złota i srebra. Upominki komunijne. Ceny producenta. Bieńczycki pl. Targowy 5. Tel. 12 685-53-80.

OGŁOSZENIA DROBNE

● ALE szybka gotówka do 25000 zł!!! Sprawdź. Tel. (12)427-57-80.
 ● ANTEN montaż, naprawa telewizorów u klienta. (12)640-00-42, 609-586-881.
 ● ANTENY montaż, naprawa TV-SAT. (12)645-19-13, 501-030-890.
 ● ATRAKCYJNA pożyczka do 25 000 zł na dowolny cel. Tel. 512-118-586.
 ● ATRAKCYJNA pożyczka od 200 zł do 25 tys. Tel. 692-890-328.
 ● BRAKUJE Ci gotówki? Zadzwoń po szybką pożyczkę. Tel. 728-874-315.
 ● CYKLINOWANIE. 502-069-155.
 ● CZYSZCZENIE dywanów, bezpłatny dojazd. (12)649-92-39.
 ● DACH papa termozgrzewalna, obróbki blacharskie. 507-896-506.
 ● EKSPRES gotówkowy! Pożyczmy do 25.000 zł! 668-681-889.
 ● HYDRAULICZNE usługi wod.-kan.-gaz. 501-415-154.
 ● KOLDRY. 503-655-671.
 ● MALOWANIE, gładź. 692-696-489.
 ● MYCIE okien. 513-587-700.
 ● NAGROBKI granitowe - tanio, składanie nagrobków po pochówku, czyszczenie maszynowe (konserwacja). (12)422-48-13, 506-330-045.
 ● NAPRAWA, konserwacja, sprzedaż, montaż piecyków łazienkowych. (12)648-46-19, 0502-587-520.
 ● NAPRAWA piecyków - hydraulicznie. 518-527-005.
 ● NAPRAWA telewizorów wszystkich typów u klienta. (12)640-00-42, 609-586-881.
 ● OPIEKUN(ka) osób starszych w Niemczech. ATERIMA MED. Premie wiosenne, dużo ofert! (12)297-66-55. Sprawdź adresy naszych biur na www.aterima-med.pl.
 ● OPLA ASTRĘ II, benzyna, rok prod. 2000, tanio sprzedam. Tel. 604 535 494.
 ● PILNIE sprzedam kiosk wolnostojący, bardzo dobra lokalizacja. 600-101-099.
 ● PIT-y, księgowość, nieruchomości. Handlowe 8. 502-451-777.
 ● PRYWATNA pomoc medyczna. (12)648-00-44.
 ● SPRZEDAM działki budowlane w Niepołomicach, okolice puszczy. 511-981-107.
 ● SZKLARZ, oprawa obrazów, montaż luster. Szkolne 30. (12)644-27-07, 509-540-615.
 ● WIOSENNE randki Fantastic. 668-122-170.
 ● WŁOSKI, angielski, dzieci, młodzież. 694-814-768.
 ● ZASTRAJKOWAŁ telewizor? Dzwon (12)6454765, 600998832, 501932679.

lombard 4u .pl

WYSOKIE KWOTY POŻYCZEK POD ZASTAW WSZYSTKIEGO SKUP ZŁOTA, BIŻUTERII, ZEGARKÓW SKUP WARTOŚCIOWYCH PRZEDMIOTÓW

M1 Al. Pokoju 67
 509-164-757, 12-682-58-85
 GALERIA BRONOWICE
 ul. Stawowa 61 724-448-044
 GALERIA KRAKOWSKA
 poziom -1 501-325-444
 CH CZYŻYNY 12-297-30-48
 PH ZAKOPIANKA
 ul. Zakopiańska 62 503 993 203
 7 dni w tygodniu od 9-21

www.lombard4u.pl

KOREPETYCJE
 MATEMATYKA

Tel.

507 869 805

lombard 4u .pl

Pożyczki pod zastaw wszystkiego. Chwilówki - pożyczki. Skup złota, biżuterii, zegarków, telefonów i wiele innych. Skupujemy wszystko co ma wartość.

M1 Al. Pokoju 67
 509-164-757, 12-682-58-85
 GALERIA BRONOWICE
 ul. Stawowa 61 724-448-044
 GALERIA KRAKOWSKA
 poziom -1 501-325-444
 CH CZYŻYNY 12-297-30-48
 PH ZAKOPIANKA
 ul. Zakopiańska 62 503 993 203
 7 dni w tygodniu od 9-21

Pożyczka gotówkowa do 5.000 zł dogodne raty
 Pożyczki - chwilówki
 KREDYCİK 123.PL

BIURO OGŁOSZEŃ

Tel. 12 643 44 33

NIERUCHOMOŚCI „TWÓJ DOM”

Kraków, os. Centrum E 21 tel. 643-76-60; 0505-056-856

ZAUFAJ NASZEMU DOŚWIADCZENIU III

Facimiech 19m 1pok+ck.- 97.000zł
 Jagiellońskie 38m 2pok.-180.000zł
 Na Stoku 42m 210.000zł + działka rekr.
 Przy Arce 39m 2pok.- 230.000zł
 Bohaterów Września 54m 3pok.- 264.000zł

www.twój-dom.com.pl




cht

KRAKOWSKIE

WWW.CHT.NET.PL

PONAD 250 BUTIKÓW
 WYBÓR MODNEJ ODZIEŻY I DODATKÓW

MODA DAMSKA, MODA MĘSKA, MODA DZIECIĘCA,
 MODA ŚLUBNA, MODA CIĄŻOWA, MODA
 SPORTOWA, MODA JEANSOWA, MODA SKÓRZANA,
 MODA XXL, GALANTERIA I BIŻUTERIA,
 BIELIZNA I KOSTIUMY KĄPIELOWE
 OBUWIE DAMSKIE I MĘSKIE,
 OBUWIE DZIECIĘCE

WIELKA WYPRZEDAŻ!

MODA
 W DOBREJ CENIE

KRAKOWSKIE CENTRUM HANDLOWO TARGOWE
 UL. KRZYWDA 1, 30-710 KRAKÓW

GODZINY OTWARCIA
 PN. 9.00-19.00, WT.-PT. 6.00-19.00, SB.-ND. 6.00-16.00

Zdrowie i uroda

PRODENT®

os. Niepodległości 3 A

Tel. 681-33-22,

681-34-80

czynne pon.-pt. 9-21,

sobota 9-15

♦ STOMATOLOGIA

- pełny zakres usług

♦ PROTETYKA

- korony, mosty, protezy:
nylonowe i szkieletowe

NAPRAWA PROTEZ

NA POCZEKANIU

♦ ORTODONCJA

- aparaty stałe, aparaty
ruchome

♦ CHIRURGIA

- pełny zakres usług, implanty

♦ WYBIELANIE ZĘBÓW

W 30 MINUT

EMERYCI I RENCISCI

30% ZNIŻKI

NA USŁUGI PROTETYCZNE

PRACOWNIA

RENTGENOWSKA

os. Urocze 2

Wykonujemy zdjęcia:

→ kręgosłupa → klatki
piersiowej → kostne, zębów
i panoramiczne zębów

Tel. 12 644-92-82

ABDENTIK S.C.

os. Piastów 12k ☎ 012 645 95 59

STOMATOLOGIA PROTETYKA

PEŁNY ZAKRES USŁUG

NAPRAWA PROTEZ NA POCZEKANIU (OD 30 ZŁ)

CZYNNE: PON.-PT. 9-18, SOB. 9-13

NIE DAJ SIĘ DEPRESJI

Warto wiedzieć, że depresja jest chorobą uleczalną! 50% leczonych osób całkowicie wyzwała się z choroby w ciągu pół roku. Nie wolno jednak lekceważyć jej objawów u siebie czy swoich najbliższych. By wygrać walkę z depresją trzeba tę walkę podjąć!

Tematem kolejnego spotkania z cyklu „Rozmowy o zdrowiu”, które odbyło się w Klubie „Fruwająca Ryba” była depresja. Gościem specjalnym była Dominika Dudek – profesor Katedry Psychiatrii Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego. Ideą tych spotkań, których organizatorami są Fundacja Ukryte Skrzydła oraz firma S'ART. Production jest umożliwienie „zwykłym ludziom” bezpośredniego kontaktu z autorytetami w dziedzinie zdrowia. Inicjatorem spotkań jest poseł Jerzy Fedorowicz. Uczestnicy po wysłuchaniu wykładu na temat danej dolegliwości czy zespołu chorobowego mogą zadawać pytania dotyczące ich konkretnych problemów.

Na początku spotkania profesor Dominika Dudek zwróciła uwagę, że współcześnie słowo depresja jest często mylone ze smutkiem. Potocznie mówimy *„mam dziś depresję, czy też chyba wpadnę w depresję w sytuacjach, w których chodzi o smutek czy też melancholię. Nadużywanie słowa depresja ma swoje pozytywne i negatywne implikacje. Do zdecydowanych pozytywów tego nadużycia należy oswojenie się społeczeństwa z tym słowem, chorowanie na depresję w czasach kiedy „depreche” miewa co drugi nie stygmatyzuje. Prowadząca spotkanie zaznaczyła, że pacjenci znacznie łatwiej przyjmują do wiadomości, że mają depresję, niż że np. mają schizofrenię. Niestety w ślad za tym idzie społeczne niezrozumienie osób cierpiących na depresję. Często słyszą one słowa *weź się w garść, nie przesadzaj, ja też miałem depresję wystarczy się trochę ogarnąć* itp. Społecznym problemem jest niezrozumienie, że depresja to poważna choroba, z której pacjent rzadko kiedy może wyjść bez pomocy. Depresja w rozumieniu medycznym jest czymś zupełnie innym niż smutek.*

JAK ZATEM ROZPOZNAĆ DEPRESJĘ?

Profesor Dominika Dudek wymieniła elementy zespołu depresyjnego, są to:

1. Obniżenie nastroju. Smutek podczas tej choroby przychodzi bez wyraźnej przyczyny, chorzy często mówią że atakuje ich bez ostrzeżenia. Przeszłość jawi się przed chorą jak pasmo win,

przyszłość natomiast jest jak czarna ściana. Istotne jest to, że smutek nie reaguje na pocieszenia.

2. Anhedonia – czyli niemożność odczuwania pozytywnych emocji i przyjemności.

3. Męczliwość, spadek energii. Pacjent jest cały czas zmęczony, typowe skargi chorego na depresję – *ciągnie mnie do łóżka, mógłbym przeleżeć cały dzień!* Chorzy właściwie budzą się zmęczeni.

4. Poczucie winy i wyrzuty sumienia. Chorzy czują się odpowiedzialni za wszystkie nieszczęścia jakie wydarzają się w jego otoczeniu, począwszy od poczucia winy ze względu na swoją chorobę, poprzez poczucie odpowiedzialności za to co spotyka najbliższych – np. jeśli dziecko dostanie złą notę, mąż/żona gorzej się czuje, aż po poczucie winy i odpowiedzialności za wszystkie nieszczęścia świata. W ciężkich stanach depresyjnych pojawiają się urojenia, pacjenci czują się np. winni wszystkich wojen na świecie. Często również wracają myślami do przeszłości i rozpatrują wydarzenia z młodości czy dzieciństwa w nich również szukając powodów do samoudręczenia się poczuciem winy.

5. Negatywny bilans życiowy – stwierdzenia w stylu – *nic mi się w życiu nie udało, a co za tym idzie spadek zaufania i szacunku dla siebie – zasługuję na pogardę.*

6. Zmniejszona koncentracja – u osób starszych często mylona z zespołem otępiennym i początkami demencji. Jednak po wyleczeniu depresji te objawy mijają.

7. Zaburzenia rytmów biologicznych – zaburzenia snu, spadek łaknienia. U chorych nasilają się lub wręcz pojawiają dolegliwości bólowe.

8. Dążenie do autodestrukcji. Chorzy na depresję wykazują myśli i zachowania samobójcze.

Niestety statystyki pokazują, że ilość osób chorujących na depresję rośnie wraz z rozwojem cywilizacji. Wiek XX nazwany został wiekiem depresji. Jak zauważył Antoni Kepiński, niezjący już wybitny polski psychiatra, najśmielsze marzenia ludzkości spełniły się a mimo to człowiek się nie cieszy, co więcej jest niezadowolony z tego co stworzył. Obecnie depresja występuje u

kilkunastu procent społeczeństwa, 2 razy częściej zapadają na nią kobiety, często towarzyszy chorobom somatycznym.

Prowadząca spotkanie profesor Dominika Dudek wskazała trzy grupy czynników cywilizacyjnych, które przyczyniają się do chorowania na depresję:

- czynniki które wpływają na wzrost uczuć negatywnych w relacjach interpersonalnych,

- czynniki utrudniające naturalną dla człowieka realizację tendencji twórczych,

- czynniki które rzutują na wybieganie w przyszłość.

Podkreśliła, że depresja jest chorobą wieloprzyczynową. Nawet kiedy pozna się historię pacjenta trudno jest jednoznacznie określić dlaczego zachorował. Oprócz wymienionych wyżej czynników cywilizacyjnych istotna jest również podatność biologiczna konkretnej osoby, styl osobowości – np. nadmierny perfekcjonizm. Częściej zapadają na depresję osoby, które przebywają w środowisku ubogim w pozytywne wzmocnienia – dlatego tak ważnym jest byśmy się wzajemnie chwaliли i komplementowali! Ciekawym jest fakt, że powodem depresji bywa sukces. Jest to tzw. depresja szczytu. Mówimy o niej kiedy pacjent dążył do konkretnego celu, który miał go uszczęśliwić. Po osiągnięciu go stwierdza, że nic się nie zmieniło, bywa to przyczyną depresji. Równie częstą przyczyną depresji bywa utrata relacji – śmierć kogoś bliskiego, rozstanie, lub zmiana ról społecznych – emerytura, odejście dzieci z domu.

Profesor podkreśliła, że depresja powinna być jak najszybciej rozpoznana i leczona. Okres wracania do zdrowia trwa średnio od pół roku do dwóch lat. Zdarza się, że choroba sama minie. Jednak nie warto na to liczyć bo ryzyko jest zbyt duże, aż 15-20% chorych dotyczy ryzyko samobójstwa. To najpoważniejsza konsekwencja, ale nie jedyna. Długie okresy niezdolności do pracy mogą doprowadzić do utraty zatrudnienia. Trwanie w chorobie może skutkować uzależnieniem, zaburza życie rodzinne, może prowadzić do rozpadu rodziny, często kończy się izolacją społeczną chorego.

Co zatem robić jeśli podejrzewamy, że ktoś z naszych bliskich lub my sami popadliśmy w depresję? Jeżeli mamy do czynienia z łagodnym przebiegiem choroby, przeżywamy kłopoty życiowe i reagujemy smutkiem – warto spróbować rozmowy z kimś bliskim. Pamię-

tajmy, że rodzina jest naturalnym buforem dla depresji, zdrowe relacje małżeńskie, zaufany przyjaciel to najlepsze i najskuteczniejsze lekarstwo na lekką depresję. Jeśli brakuje nam bliskich, zaufanych osób warto spotkać się z psychologiem. Jednak przy głębszych zaburzeniach, kiedy występują wymienione już elementy zespołu depresyjnego należy skorzystać z pomocy lekarza, gdyż prawdopodobnie potrzebna będzie pomoc farmakologiczna. Warto pamiętać, że nie zawsze potrzebna jest pomoc psychiatry, lekarze ogólni mają wykształcenie i wiedzę potrzebne by leczyć łagodne depresje. Kiedy chory podejmie leczenie niezwykle ważne jest wsparcie najbliższych. Co robić by pomóc a nie zaszkodzić chorej osobie?

Trzeba przede wszystkim pamiętać, że ta choroba obejmuje całego człowieka. W chorobach somatycznych można się izolować od bólu, w depresji jest to niemożliwe – chorego autentycznie boli wszystko, ciało i osobowość. Odczuwa on głęboki smutek i nieokreślony lęk, z którymi nie potrafi sobie poradzić. Najbliżsi powinni okazać choremu na depresję zrozumienie! Rodzina powinna odnaleźć się w roli terapeuty, chronić pacjenta, pomagać w konsekwencji zażywania leków. Ważne jest chwilowe odciążenie od obowiązków w okresie kiedy chory mówi, że nie jest w stanie im sprostać, z kolei przy wychodzeniu z depresji trzeba zapewnić choremu powrót do „normalnego życia” stopniowo przywracając go do konkretnej roli jaką pełni w rodzinie. Nieterapeutyczne jest jałowe pocieszenie chorego, umniejszanie cierpienia, które odczuwa – *przesadzasz, nic ci nie jest, weź się wreszcie w garść, gdybyś tylko chciał mógłbyś się ogarnąć.*

Spotkanie zakończyło się, jak zwykle, pytaniami „z sali”. Obecni chcieli wiedzieć między innymi czym różni się psycholog od psychiatry, jakie są domowe sposoby na depresję oraz czy leki przeciwko depresji mają poważne skutki uboczne. Profesor Dominika Dudek cierpliwie odpowiadała na te i wszystkie inne pytania.

Na zakończenie podkreśliła, że trzeba pamiętać i zrozumieć, że depresja to choroba, która może niestety spotkać każdego z nas. Warto jednak wiedzieć, że jest uleczalna, aż 50% chorych w ciągu pół roku wraca do normalnego życia. Depresję można zwalczyć, trzeba tylko tę walkę podjąć!

Agnieszka Łoś

Vident

lek. stom. Andrzej Zimoch

os. Boh. Września 1

tech. dent. Marcin Słowiak

STOMATOLOGIA

PEŁNY ZAKRES USŁUG

tel. 12/641-48-08

PROTETYKA

KORONY, MOSTY, PROTEZY
EKSPRESOWE NAPRAWY

tel. 12/645-93-33



BJB

STOMATOLOGIA
ESTETYCZNA

**KOMPLEKSOWE
LECZENIE
STOMATOLOGICZNE**

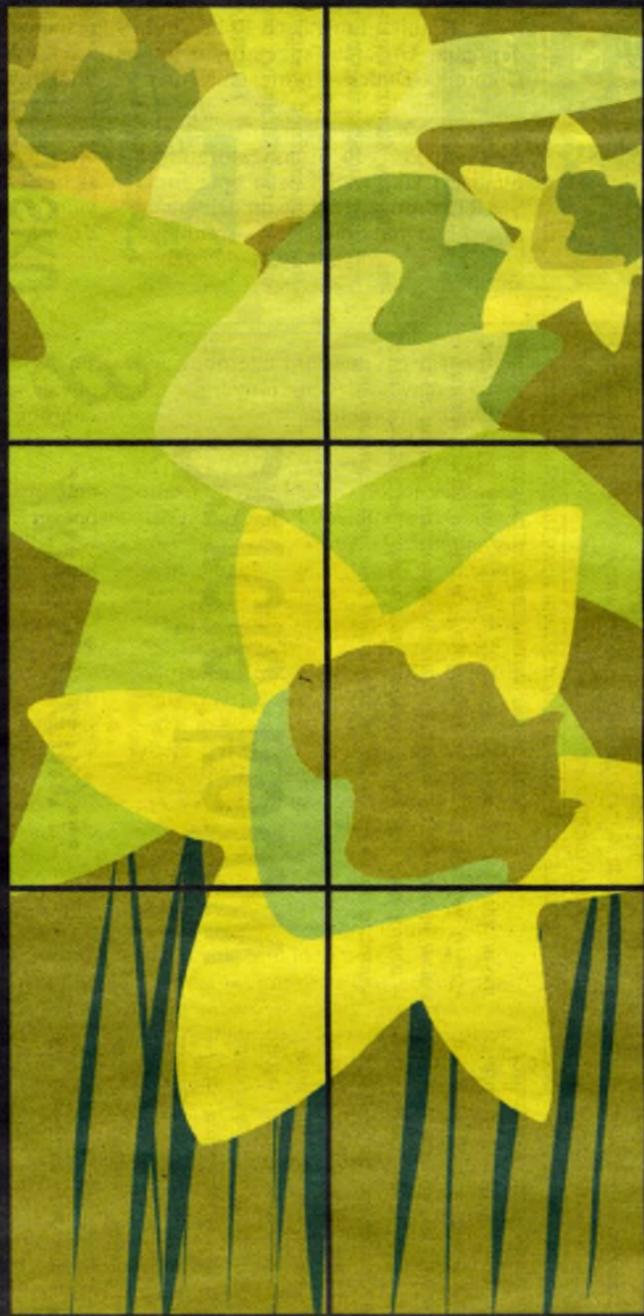
✓ leczenie kanałowe ✓ protetyka
✓ implanty

Kraków, os. Słoneczne 11, lokal U 1
tel. 12 644 89 01, kom. 664 395 417

Zapraszamy:

poniedziałek – piątek 9.00 – 19.00

www.bjb.net.pl



POLA NADZIEI

1%

Podaruj dla Hospicjum
św. Łazarza, KRS 0000048149

patronat honorowy: Ksiądz Kardynał Franciszek Macharski

www.hospicjum.krakow.pl

konto bankowe: **36 1060 0076 0000 3200 0133 4486**

organizator:

partner akcji:

pomagają nam:

patroni medialni:



AUTO GAMA
ARTYKUŁY MOTORYZACYJNE
 CZĘŚCI ZAMIENNE DO SAMOCHODÓW:
 OSOBOWYCH
 DOSTAWCZYCH
 CIĘŻAROWYCH
 SZEROKA GAMA AKCESORIÓW SAMOCHODOWYCH
 www.autogama.pl e-mail: auto@autogama.pl
 ZAPRASZAMY: pn-pt: 8:00 - 18:00; sobota: 9:00 - 14:00

KRAKOWSKA SKOK
 www.krakskok.pl tel. (12) 688 69 00
 pożyczka jubileuszowa
 zjeżdżamy z oprocentowaniem 4,5%! - teraz tylko
 Powyższa treść nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu Cywilnego. Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO) dla reprezentatywnego przykładu pożyczki na dzień 10.01.2015 r. wynosi: 10,93 % przy następujących założeniach: całkowita kwota pożyczki: 10 000,00 zł, całkowita kwota do wypłaty: 9 450,00 zł, umowa zawarta na okres 24 miesięcy, liczba rat: 24, data spłaty pierwszej raty: 10.02.2015 r., oprocentowanie nominalne: 4,50 %, wysokość raty miesięcznej: 436,46 zł, całkowita kwota do zapłaty: 11 055,07 zł, całkowity koszt pożyczki: 1 055,07 zł (w tym odsetki: 475,07 zł, prowizja: 550,00 zł, opłata przygotowawcza: 30,00 zł). Oferta ograniczona czasowo.

JUNKERS VAILLANT
 ✓ ARISTON ✓ NECKAR
 ✓ TERMET ✓ S. DUVAL
 OSZCZĘDNOŚCIOWE PIECE ŁAZIENKOWE I C.O. (gazowe i elektryczne)
 INSTALACJE SANITARNE I C.O.
 GRZEJNIKI ▼ RURY ▼ ZAWORY ▼ BATERIE
MONTAŻ I TRANSPORT – GRATIS
 F.H.U. „RELAX” os. Niepodległości 3 12 648-46-19, 502 587-520

Zaufaj gwiazdom, zwłaszcza tym, które Ci sprzyjają
HOROSKOP
BARAN (21 III–20 IV). Będziesz podejmować ważne decyzje w sprawie dalszej pracy. Dobrze, że nie czynisz tego pochopnie, ale skrupulatnie analizujesz warunki. Jest nadzieja, że Ci się powiedzie i że podejmiesz najlepszą z możliwych decyzję.
BYK (21 IV–20 V). Głównie w towarzystwie pań rozstrzygają się Twoje sprawy. Rozumieją tu Twoje słabości i wspierają w przypadku codziennych problemów. Niczego tu nie zmieniaj, bo bezpiecznie jest w gronie przyjaznych osób.
BLIŹNIĘTA (21 V–21 VI). Twoje plany związane z podróżą, egzotyczną wycieczką mogą jeszcze ulec zmianie. Nie wszystko

PANNA (23 VIII–22 IX). Teraz znacznie częściej przebywasz w świecie marzeń niż w realnej rzeczywistości. Wielkie rzeczy zaczynają się od marzeń, ale wiesz przecież, że wcześniej, czy później, trzeba w końcu „zejść na ziemię”.
WAGA (23 IX–22 X). Masz wokół siebie wiele przyjaznych, dobrane życzących Ci osób. Ale ta życzliwość może się w końcu wyczerpać, jeśli gestem, jakimś drobnym upominkiem, podziękowaniem, nie podtrzymasz tej bezcennej sympatii.
SKORPION (23 X–21 XI). Głównie zawodowe powinności wypełniają Ci cały czas, nawet ten przeznaczony na wypoczynek. Teraz wszystko pójdzie łatwiej, uzyskasz poparcie dla swoich planów. W natłoku zajęć nie zapominaj o potrzebie relaksu.
STRZELEC (22 XI–21 XII). Jesteś w swojej działalności nie w pełni usatysfakcjonowany. Sięgasz

po nowe wyzwania i oczekujesz coraz więcej, także od partnerów biznesowych. Pomysłów i energii Ci nie brakuje, a więc powodzenia.
KOZIOROŻEC (22 XII–19 I). Najbliższy tydzień szybko minie wśród codziennych, prozaicznych zajęć. Jest to jednak dobry okres, by wygospodarować nieco czasu, wyłącznie dla siebie. Zapewne więc zadbasz o swoje zdrowie.
WODNIK (20 I–18 II). Jesteś w doskonałej kondycji, masz wystarczająco wiele siły i uporu, by zrealizować swoje plany rodzinne. W tej determinacji nie zapominaj jednak wysłuchać swoich bliskich, co oni mają do powiedzenia.
RYBY (19 II–20 III). Chciałbyś, by wszystko było łatwe i przyjemne, i nieco bagatelizujesz codzienne problemy. Ten zabawowy okres dobiega końca, teraz poważnie będziesz musiał przysiąść fałd i nadrobić powstałe zaległości.
SAMANTA
 Cyrkowy magik po swoim kolejnym popisie oznajmia widzom:
 – Za chwilę sprawię, że zniknie jedna z obecnych tu kobiet.
 Z ostatniego rzędu słycać męski głos:
 – Maryśka, zgłoś się na ochotnika!
 ★★★
 – Jak facet wyobraża sobie romantyczny wieczór?
 – Mecz piłki nożnej przy blasku świateł.
 ★★★
 W restauracji:
 – Poproszę pieczeń z zająca. Tylko żeby mi w niej śrutu nie było!
 Na to kelner:
 – Ma pan szczęście, dzisiaj przywieźli jednego, który podciął sobie żyły.
 ★★★
 Dwóch facetów siedzi w łódce na jeziorze, łowi ryby i popija piwo. Nagle jeden mówi:
 – Chyba się rozwiódę z moją żoną. Nie odzywa się do mnie od pół roku.
 Drugi hycnął piwo i mówi:
 – Lepiej to przemyśl. Trudno znaleźć taką kobietę.

KRK 60 lat 1955-2015
 > WIELKANOCNE ZWYCZAJE – WARSZTATY DLA DZIECI
 > KIERMASZ KSIĄŻEK OD ZŁOTÓWKI
 > PRZEKAŹNIK KSIĄŻKOWY
 > WIELKANOC W MOIM DOMU
 KONKURS RYSUNKOWY Z NAGRODAMI
Sobota 14 marca 2015
godz. 14.00-16.00
 w Klubie Kuźnia OKN, os. Złotego Wieku 14
Szafing w Kuźni
 BIBLIOTEKA I KLUB KUŹNIA
 OSRODOKA KULTURY IM. C. K. NORWIDA
 TEL.: 12 641 68 75, BIBLIOTEKA@KUZNIA.EDU.PL
 WWW.BIBLIOTEKA.KUZNIA.EDU.PL
 WWW.EKORODZICE.PL
 E-MAIL: REDAKCJA@EKORODZICE.PL

OMLET PO HISZPAŃSKU
 Składniki: 2 łyżki masła, pokrojone cebula, marynowana papryka, 3 ugotowane ziemniaki oraz 4 jajka, 2 łyżki mleka, sól, pieprz, natka pietruszki.
 Na patelni stapiamy masło. Wrzucamy cebulę i smażymy, nie fumieniąc. Dodajemy pokrojoną paprykę i ziemniaki. Doprawiamy, chwilę podgrzewamy. Roztrzepujemy jajka z mlekiem, zalewamy nimi ziemniaki. Smażymy omlet, aż wierzchnia warstwa zupełnie zastygnie. Gotową potrawę posypujemy natką, kroimy w kliny i natychmiast podajemy.

Restauracja „Kmita” na os. Piastów 24B organizuje **WESELA, PRZYJĘCIA, BANKIETY.** Tel. 509-820-679.

Sentencja tygodnia
 Prawdziwa miłość zaczyna się tam, gdzie niczego już w zamian się nie oczekuje.
 Antoine de Saint-Exupéry

§ Akta sprawy...
Darcie kotów
 Rokrocznie przed zimą pojawiają się apele o pomoc bezdomnym zwierzętom. Okazuje się jednak, że kij ma dwa końce – „kocie mamy” nie zawsze są mile widziane, szczególnie w nowo wybudowanych blokach. Przekonuje o tym przypadek 67-letniej pani D., która uznała, że zwierzęcy smród to i tak niska cena za miłosierdzie okazywane zwierzętom.
 Oddane dwa lata temu mieszkania w budynku na granicy Prądnika Czerwonego i Mistrzejowic szybko zasiedlono. Tam też nieduże dwupokojowe lokum kupiła Genowefa D., wcześniej mieszkająca w dużym mieszkaniu w śródmiejskiej kamienicy. Spokojna pani zaprzyjaźniła się z sąsiadami i zgodnie żyła z nimi. Aż do zimy. Kiedy najpierw zgodnie ze swym wieloletnim zwyczajem zaczęła dokarmiać okoliczne ptactwo, a potem żyjące w okolicy koty dachowce – wzbudzała tylko sympatyczne zainteresowanie. Dopóki było to tylko wystawianie jedzenia zwierzętom w piwnicy czy na podwórku; nikomu to specjalnie nie przeszkadzało – problem w tym, że miauczące czworonogi stadami zaczęły przychodzić pod drzwi klatki schodowej, gdzie mieściło się mieszkanie starszej lokatorki. Ta początkowo robiła im tanią kuch-

Pyszne domowe posiłki na każdą okazję z dostawą do domu! Coś dla smakoszy tych dań!
GOŁĄBKI 17,60/kg Bigos 0,5 kg 7,90
KAPUSTA ZASMAŻANA 0,5 kg 4,00
KROKIETY Z MIĘSEM szt. 3,90
 sos pomidorowy lub pieczarkowy 200 ml 2,20
 Zamówienia: poniedziałek, środa, piątek w godz. 10–16. Realizacja zamówień: wtorek, czwartek, sobota. Minimum zamówienia 25 zł. Dostawa 5 zł (Nowa Huta).
Bar Magia Smaku, os. Bohaterów Września 1, Kraków
Tel. 603 130 300