BEZPŁATNY SŁUPSKI MIESIĘCZNIK

Echo Słupska

ISSN 2080-3222 Nr 1 (9) 15 stycznia 2010 www.echoslupska.pl



Mamy budżet ... (str. 5)

R E K L A M A

CERAGEM
Słupsk, ul. W.Polskiego 46A (w podwórzu k/ Poranka)
tel. 0 59 / 725 60 12
ZAPRASZAMY NA LECZENIE
BEZPŁATNE MASAŻE
NA URZĄDZENIU MEDYCZNYM

* Prostowanie kręgosłupa i miednicy
* Rozluźnienie zesztywniałych mięśni
* Pobudzenie systemu nerwowego
* Wzrost temperatury przemiany materii
* Poprawa krążenia
* Wzmocnienie systemu odpornościowego
* Profilaktyka schorzeń kręgosłupa

POCIECHA

SŁUPSK, UL. BEMA 11
USTKA, 9 MARCA 12
ROK ZAŁOŻENIA
1969
WWW.POCIECHA.PL
PIERWSZY SKLEP TWOJEGO DZIECKA

PLOSK US
kierowca PL
Prawo Jazdy kat. A, B, C, E
Słupsk, ul. Kowalska 1
tel. 0 59 840 43 69, 0 604 075 939
SZKOLENIE KIEROWCÓW W ZAKRESIE PRZEWOZU RZECZY I OSÓB
(dawne świadectwo kwalifikacji)
www.plusosk.prawojazdy.com.pl

Znikające przejścia dla pieszych

Wraz z nadejściem nowego roku Zarząd Dróg Miejskich w Słupsku postanowił wprowadzić szereg zmian w sposobie poruszania się po ulicach.



Prócz udostępnienia ruchu dwukierunkowego dla wszystkich pojazdów z wyjątkiem samochodów ciężarowych na ulicy Wojska Polskiego i zmiany kierunku ruchu na jednokierunkowym odcinku ulicy Wileńskiej od ulicy Konopnickiej do ulicy Wojska Polskiego, praktycznie zamknięto przejścia przez ulicę w pobliżu tych skrzyżowań. Pieszy chcąc przekroczyć ulicę niemal mimowolnie musi zerknąć na nowo otwarty pas ruchu, co jak możemy się domyślać, ma zminimalizować ryzyko wypadków. Dodatkowo co kilkadziesiąt metrów na całej długości ulicy rozmieszczono progi zwalniające, które mają na celu zwiększenie bezpieczeństwa pieszych. Przypominamy też, że autobusy PKS zatrzymują się już nie na ulicy Wileńskiej, ale na placu Broniewskiego. Nastąpiła również zmiana organizacji ruchu na skrzyżowaniu ulic Zamkowej i Jagiełły. W tym przypadku oznacza to głównie likwidację aż czterech przejść dla pieszych w tej okolicy. Dodatkowo po zmianie zmniejszy się ilość pasów ulicy Zamkowej, które prowadziły do centrum - z dwóch do jednego oraz jednoczesne zwiększenie ich ilości w kierunku ulicy Prostej. Ponadto, docelowo zostanie wyłączona sygnalizacja świetlna przy zakręcie w ulicę Jagiełły, zaś pojazdy poruszające się w kierunku ulicy Poznańskiej zatrzymywać się będą dopiero przy skrzyżowaniu z ulicą Jana Pawła II. Zlikwidowane przejście dla pieszych przez ulicę Jagiełły zostanie przesunięte w stronę ulicy Dominikańskiej. Termin jego wykonania zależy od warunków atmosferycznych, które w ostatnim czasie nie są niestety najlepsze. W związku z likwidacją istniejących przejść, dla zapewnienia bezpieczeństwa ustawione zostały barierki segmentowe, uniemożliwiające pieszym wchodzenie na jezdnię w miejscach niedozwolonych. Zdaniem Zarządu Dróg Miejskich zmiana organizacji ruchu na tym skrzyżowaniu ma na celu optymalizację sposobu sterowania ruchem, zwiększenie przepustowości skrzyżowania oraz podniesienie bezpieczeństwa. Niemal niezauważalnie dla pieszych i większości kierowców przebiegła reforma sygnalizacji świetlnej na skrzyżowaniu ulic Zamkowej i Jana Pawła II z ulicą Prostą. ZDM po dokładnej analizie uznał, że sygnalizację trzeba poprawić i został zainstalowany specjalny program sterujący światłami na tym skrzyżowaniu, który przedłużył zmianę świateł o kilka sekund.

Małgorzata Sikora

Finał WOŚP

Tradycyjnie w drugą niedzielę stycznia na terenie całej Polski odbył się finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W tym roku ta szlachetna inicjatywa obchodziła swoje 18 urodziny.

Pierwszy Finał odbył się 3 stycznia 1993 r. i był poświęcony chorobom serca. Zebrano wówczas 1.535.440,68 USD. Do sztabu wolontariuszy i sponsorów dołącza coraz więcej osób oraz firm i instytucji. Również w Słupsku nie brakowało miejsc, w których chętni mogli wspomóc to szlachetne przedsięwzięcie. Na ulicach naszego miasta pojawiła się grupa 300 wolontariuszy wspomaganych przez słuchaczy Szkoły Policji. Placówka ta również włączyła się do akcji zbierając pieniądze wśród swoich pracowników, którzy zebrali ponad 1410 zł. Podczas licytacji w słupskiej Hali Gryfii można było wygrać m.in. możliwość zaśpiewania piosenki wspólnej z zespołem Feel, którą ostatecznie wylicytowano za kwotę 500 zł oraz tradycyjnie już złote serduszko WOŚP czy bokserskie rękawice Iwony Guzowskiej, mistrzyni świata w boksie i kick boxingu. Mieszkańcy Pomorza mogli też uczestniczyć w licytacji adopcji rekina brodatego z akwarium w Gdyni, której zwycięzca otrzyma prawo do nadania rekinowi imienia oraz comiesięcznych odwiedzin pupila. Na portalu Allegro można było wylicytować m.in. sesję zdjęciową z pochodzącą z Przechlewa aktorką Martą Żmudą-Trzebiatowską. Dużym zainteresowaniem cieszyła się możliwość jednodniowego rejsu okrętem podwodnym (typu Kobben) dla jednej osoby oferowana przez Marynarkę Wojenną z Gdyni, którą wylicytowano za 20200 zł. Kibiców interesowała również licytacja miejsca w strefie VIP na otwarciu stadionu PGE Arena w Gdańsku w 2011 r.. Ostateczna kwota, jaką udało się zebrać podczas XVIII finału WOŚP będzie znana dopiero po 20 lutego, gdyż do tego czasu będą trwały różnorakie aukcje na Allegro.pl, jednak już dziś wiadomo, że przekroczy ona 37 mln zł, z czego w samym tylko Słupsku zebrano około 100 tys. zł.



Warto pamiętać, że ta kwota i tak wróci do naszego miasta, często nawet zwielokrotniona w postaci sprzętu do ratowania maluchów, które bardzo potrzebują naszej pomocy.

Małgorzata Sikora

Echo Słupska

Adres redakcji: Słupsk, ul. Tuwima 6 (Dom Handlowy „Świt"), II p
tel. +48 503 755 659, e-mail: redakcja@echoslupska.pl

Redaktor naczelny: Jarosław Sikora
Wydawca: Talcom, 76-200 Słupsk, ul. Lelewela 26/17

Wydawca i redakcja nie ponoszą odpowiedzialności za treść reklam, ogłoszeń oraz listów i opinii Czytelników. Nie zwracamy tekstów nie zamówionych. Redakcja zastrzega sobie również prawo do ich skracania.

Druk: Drukarnia Media Pomorskie w Koszalinie, Nakład: 5 000 egz.

Nowe partnerstwo

Towarzystwo Przyjaciół Wilna i Grodna skierowało list do Prezydenta Macieja Kobylińskiego, w którym czytamy ...



Ponad 1/3 mieszkańców Słupska stanowią wygnańcy z byłych Kresów Wschodnich- potocznie zwani Kresowiakami. Wielu członków Towarzystwa od lat zapytuje nas dlaczego władze Słupska miast partnerskich poszukują często w odległych krajach? Tymczasem nasi członkowie, mieszkańcy Słupska, np. na Białorusi posiadają wiele rodzin, z którymi kontakt utrudniają od wielu lat problemy wizowe i graniczne. Delegacje Związku Polaków na Białorusi bez oficjalnej współpracy pomiędzy miastami mają z nami utrudnione kontakty, a więc sporadyczne. Ewentualne nawiązanie współpracy z władzami Grodna, 317 tysięcznego miasta, z czego 24,8% to Polacy, miasta Kazimierza Jagiellończyka, Bony Sforzy i Elizy Orzeszkowej, umożliwiłoby rozwijanie współpracy kulturalno - sportowej oraz bliższe i łatwiejsze kontakty z rodzinami.

„Potraktowałem bardzo poważnie inicjatywę P. M. Boratyńskiego -odpowiada Prezydent M. Kobyliński, który zakończył oficjalną wizytę w Grodnie. Wyjazd miał charakter rekonenansu, a już przyniósł pierwsze owoce. W r. 2010 władze Grodna odwiedzą Słupsk. Otrzymaliśmy zaproszenie do udziału w festiwalu folklorystycznym w Grodnie, gdzie dotychczas prezentowali się Polacy z terenów przygranicznych. Oni chcieliby zobaczyć folklor Kaszubów, który jest wyjątkowy. Frapuje ich morze i to, że Słupsk leży blisko Bałtyku, bardzo ich cieszy. Widać ogromną chęć do nawiązania z nami kontaktu i wymiany młodzieży. Uświadomiliśmy im, że taka wymiana istnieje, jednak po linii kościelnej. Spotykam się co roku z ich dziećmi w ratuszu, dajemy im ubezpieczenie i autobusy do dyspozycji za darmo. Jestem przekonany, że to będzie dobra współpraca na płaszczyźnie kulturalnej i sportowej, ale także biznesowej. Zainteresowały ich nasze buty i ryby, dlatego przedstawiliśmy im wiodące firmy w tej branży. Dla wielu osób, zwłaszcza starszych ta współpraca będzie rodzajem podróży sentymentalnych. Dla naszej delegacji wyjazd do Grodna był źródłem niezatartych wrażeń. Jestem bardzo pozytywnie zaskoczony pięknem tego odnowionego miasta, w którym na każdym kroku pulsuje wspomnienie historii prawdziwej-podkreśla Prezydent M. Kobyliński. Rzecz charakterystyczna, którą zauważyłem to wnikliwe szukanie przez Białorusinów tożsamości narodowej i odżegnywanie się od tego, że są częścią Rosji. Oni cieszą się swoją niepodległością i skokiem cywilizacyjnym, którego dokonali. Dowodem mogą być drogi i ulice na poziomie europejskim. Ludzie są życzliwi, oddani, sympatyczni. Przyjęto nas z iście wschodnią szczerością. Już na granicy witał nas Przewodniczący Rady Miejskiej Piotr Wołodźko, przyjął nas mer Grodna Borys Koziełkow, który na tę okazję przerwał urlop. Nasze media mają sporo do nadrobienia, by pokazać, że Białoruś, ta którą zobaczyliśmy, to nie zaścianek. Chciałbym, żeby Słupsk miał takie stadiony, sanatoria, jakie widzieliśmy w Grodnie i tak pięknie odnowione centrum miasta po którym jeżdżą trolejbusy. One przypomniały mi o bezmyślnej decyzji nas Słupszczan, żeśmy je u siebie zlikwidowali". Prezes M. Boratyński jest przekonany, że to była b. ważna wizyta. „Przygotowywaliśmy ją pół roku, aczkolwiek władze Grodna przysłały zaproszenie już po pierwszej rozmowie. Jestem wdzięczny Prezydentowi M. Kobylińskiemu, że spełniając życzenia Kresowiaków, stanął na czele delegacji naszego miasta. A Grodno? No cóż! Zaskoczyło nas jak i cała Białoruś. Tam jest tyle polskości! Na budynku Związku Polaków rozwieszona jest polska flaga, a przed budynkiem: pomnik A. Mickiewicza. W Grodnie mieszka prawie 80 tys. Polaków. Prawie wszyscy znają jęz. polski, wielu nim się porozumiewa. W mieście jest 5 cerkwi i 8 czynnych polskich kościołów. Grodno posiada pięknie zaprojektowane gmachy filharmonii i teatru, a nad Niemnem wznosi się zamek, w którym zmarł król Stefan Batory. Władze Grodna przyjęły nas z otwartym sercem". Białoruś jest przyjaźnie nastawiona do Polski i to rokuje przychylność do nawiązania współpracy pomiędzy naszymi miastami.

Bożena Bugańska

Harcerz zmienia lokal

Od Nowego Roku lokal znajdujący się przy ulicy Mostnika 3, zajmowany dotychczas przez sklep Harcerz stoi pusty.

Właściciel przeniósł się do mniejszego sklepu, przy ulicy Królowej Jadwigi 2, obok supermarketu Sano.

Problemy najemcy trwały już od dłuższego czasu, nawet częściowe wynajęcie powierzchni kilka lat temu nie zmieniło diametralnie sytuacji sklepu.

Od października tego roku właściciele starali się o chętnego do wynajęcia 2/3 powierzchni, niestety bezskutecznie.

Sklep Harcerz jako prywatna firma istnieje na ulicy Mostnika od 20 lat, jednak jego współwłaścicielka, pani Alicja Koterba pracowała w nim jeszcze za czasów poprzedniego systemu władzy, 30 lat czyli praktycznie przez całe swoje zawodowe życie. Bez żadnej przesady można stwierdzić, że przez te lata sklep wrósł w świadomość słupszczan i stał się nawet swego rodzaju wizytówką miasta.

Warto zauważyć, że na początku lat 90 - tych, czasu wielkich przemian gospodarczych w całej Polsce istniało ponad 100 sklepów harcerskich, zaś w miarę upływu czasu systematycznie ich ubywało i obecnie istnieją już tylko 4 takie punkty, z których niebawem ubędzie kolejny, tym razem słupski.

Bezpośrednim powodem zmiany lokalizacji jest wypowiedzenie umowy wynajmu przez miasto. Sam właściciel przyznaje, że zalega miastu sporą kwotę z tytułu niezapłaconego czynszu.

Ogromna, bo blisko 150 metrowa powierzchnia sklepu (wraz z zapleczem) generuje duże koszty - czynsz, energia, do tego koszty zatrudnienia, które w naszym kraju są jednymi z najwyższych w Europie i stosunkowo wysokie podatki sprawiają, że bardzo ciężko prowadzić w tym miejscu jakąkolwiek działalność.

Zdaniem pana Tadeusza Koterby te czynniki mogą zadecydować, że miasto będzie miało spore problemy ze znalezieniem nowego dzierżawcy i prawdopodobnie ten lokal będzie stał kilka lat pusty czekając na chętnego nabywcę na przetargu.

Małgorzata Sikora



R E K L A M A

Decan
NAJTAŃSZE KSERO
ul.Grodzka 8/3
czarnobiałe i kolorowe
• Wydruk
• Ksero
• Skan
od A5 do A3+
A4-10gr
tel. 781 066 688
grodzka@decan.com
• OPRAWA PRAC
• BINDOWANIE
• LAMINOWANIE
• DRUK BROSZUR i ULOTEK
• WYDRUK Z INTERNETU!!!

PRZEWÓZ OSÓB I TOWARÓW

TRANS-GLASS

Niemcy * Belgia * Holandia
Anglia * Luxemburg

„Z domu pod dom" - obiad w cenie bilety
Rabaty do 20%

Samochody klimatyzowane z nawigacją

poniedziałek - wtorek - środa - czwartek - piątek - niedziela

Wyjazdy odbywają się z pod Ratusza w Słupsku



64-965 Okonek, ul. Lipowa 44
+48 (067) 266 94 91
kom. 503 198 451, kom. 503 198 446
transglass@pro.onet.pl, www.przewozy.okonek.pl

UZDROWICIEL Z FILIPIN
CLAVER PALITAYAN PE



Metoda filipińskiego uzdrawiania to mistyczna metoda leczenia pochodząca z dalekiego wschodu, jej skuteczność jest ogromna co potwierdzają liczni pacjenci Pana Clavera PE, jednego z najlepszych uzdrowicieli filipińskich na świecie. Pochodzi on ze sławnej rodziny filipińskich healerów. Uzdrowiciel poprzez intensywną koncentrację wytwarza dużą energię wokół swych rąk, która pomaga przy leczeniu: **chorób nowotworowych, epilepsji, deformacji kręgosłupa, miażdżycy, paraliżach, kamieniach nerkowych i żółciowych, chorobach prostaty, leukopenii, wrzodach żołądka i dwunastnicy, guzach i cystach, wadach serca, chorobach oczu, nerwicach oraz chorobach kobiecych i innych schorzeniach.**

*Przykładem skuteczności uzdrawiania jest **pan Kazimierz z Łodzi**, któremu po 2 wizytach znikły dolegliwości prostaty. U **pani Grażyny z Krakowa** po pierwszej wizycie, zdjęcie USG potwierdziło pozbycie się kamieni w woreczku i nerkach. U **pani Ireny z Gdańska** po 3 wizytach wchłonął się guz piersi, który przeznaczony był do operacji.*

25 styczeń Słupsk
26 styczeń Gdynia
27 styczeń Gdańsk

ZAPISY I INFORMACJE TELEFONICZNE POD NR 0 506 536 270

Kolibert

Słupsk, ul. Bema 9/lp. (w galerii) tel. 602 42 00 77

Anna Studzińska ... z myślą o Tobie

ZABIEGI KOSMETYCZNE:
- bezbolesne oczyszczanie twarzy
- peeling kawitacyjny - Nowość!
- kosmetyka mężczyzn
- depilacja ciała
- zabiegi wyszczuplające, masaże
- manicure, pedicure oraz wiele innych zabiegów kosmetycznych



PRZEDŁUŻANIE PAZNOKCI:
- tipsy naturalne, szklane, zdobione
- wzmacnianie paznokci naturalnych



FRYZJER DAMSKO-MĘSKI:
- strzyżenie standardowe i awangardowe
- nowoczesna koloryzacja włosów
- metamorfoza włosów - Nowość!
- przedłużanie i zagęszczanie włosów

PIERCING ORAZ TATTOO:
- tatuaże stałe (czarne, kolorowe: tribale, chińskie, celtyckie kwiaty i wiele innych)
- przekłuwanie nietypowych części ciała
- solarium (ergoline "soft grey" - mocne lampy)



Uwaga! Wykonujemy również tatuaże ze zdjęcia osoby bliskiej (np. dziecka)

czynne: pon.-pt. 10.00 - 20.00; sonb. 10.00 - 19.00



Instruktor
nordic walking
zaprasza na zajęcia na terenie miasta Słupska i okolic.
Polecam również masaże z możliwością wykonania w domu klienta.

603-686-150

P.H.U. ATA PLUS

OPAŁ WORKOWANY

Orzech, Eko groszek
25 KG



Dowóz na telefon
0 604 419 876

Słupsk, ul. Grunwaldzka 3

Mamy budżet

Ta informacja interesowała sporą grupę słupszczan. Niemal do ostatniej chwili nie było wiadome, kto ostatecznie ustali budżet dla Słupska - radni czy Regionalna Izba Obrachunkowa. Dopiero na trzeciej sesji radnym udało się osiągnąć kompromis i uchwalić ten najważniejszy miejski dokument. Co oznacza dla przeciętnego słupszczanina?



Dochody miasta zaplanowano na 370.015.492 zł, zaś wydatki osiągną kwotę 411.282.723 zł. Jak łatwo wyliczyć miastu zabrakłoby pieniędzy na funkcjonowanie, dlatego brakujące 41.267.231 stanowić będzie deficyt budżetowy. Czym jest deficyt? Najkrócej mówiąc jest to sytuacja w której wydatki danej instytucji (np. państwa, miasta, gminy) są wyższe niż jej dochody. Deficyt może wynikać z wielu sytuacji, m.in. z nadmiernych wydatków budżetowych, ze zbyt niskich dochodów, które z kolei mogą wynikać z niskiej stopy opodatkowania, mało skutecznego systemu ściągania podatków, czy też ze spadającego poziomu produkcji i dochodu narodowego. Dlatego też deficyt jest z reguły większy w okresie recesji gospodarczej, gdy dochód narodowy spada i mniejszy w okresie ożywienia, kiedy dochód narodowy wykazuje znaczny wzrost. Warto przy tym pamiętać, że chociaż oficjalnie mówi się, że kryzys gospodarczy, który na przełomie 2008 i 2009 roku dotknął większość światowych gospodarek się skończył to jednak jego echa mogą być odczuwalne i w 2010 roku, co również sprzyjać będzie mniejszym dochodom. Zakładany w uchwale budżetowej deficyt Słupska jest jednym z najwyższych w ciągu ostatnich pięciu lat, w 2005 wynosił on aż 43.815.71zł aby w następnym roku spaść do poziomu 30.930.151 zaś w 2008 roku osiągnął poziom 28.038.722 zł. W minionym roku Słupsk miał deficyt 36.020.389 zł.

Skąd pochodzą pieniądze, które wpływają do budżetu? Najwięcej z nich wpływa w ramach dochodów bieżących, czyli wpływów z podatków: od nieruchomości, od środków transportowych, od spadków i darowizn, od czynności cywilnoprawnych oraz podatku dochodowego od osób fizycznych, opłacanego w formie karty podatkowej. Do kasy miejskiej wpływają też pieniądze z opłaty skarbowej oraz odsetki od: pożyczek udzielanych przez miasto, nieterminowo przekazywanych należności stanowiących dochody miasta, od środków finansowych gromadzonych na rachunkach bankowych gminy. W uchwale budżetowej przewidziano również wpływy z majątku własnego miasta, np. poprzez sprzedaż działek pod zabudowę. Na rok 2010 dochody Słupska zaplanowano na 370.015.492 zł. Dla porównania w 2005 roku były one na poziomie 248.428.981 zł, w 2006 - 293.634.364 zł, 2008 rok to dochody 333.198.632 zł, a w minionym roku to aż 382.529.141 zł. Oznacza to, że miasto cały czas się rozwija.

Niestety miasto nie tylko zyskuje pieniądze, ale je wydaje. To właśnie z budżetu miasta wypłacane są pieniądze dla pracowników popularnej „budżetówki", czyli nauczycielom, urzędnikom miejskim, pracownikom miejskich spółek. W 2010 roku na te wypłaty zarezerwowano kwotę 141.717.207 zł. Ponadto, nawet jeżeli dobry wujek Unia Europejska daje nam dofinansowanie do różnych projektów miasto musi mieć w nich tzw. wkład własny. Na ten rok miasto przeznacza na ten cel w ramach wydatków bieżących 3.250.931 zł, zaś jako wydatki majątkowe 66.451.124 zł.

A kto jeszcze dostanie pieniądze z budżetu miasta? Na pewno placówki przedszkolne, dla nich przewidziano dotację w wysokości 14 367 970 zł. Dodatkowo przedszkole „Promyczek" otrzyma dofinansowanie wysokości 246 204 na realizację projektu „Dłużej - Więcej - Lepiej - rozszerzanie oferty Przedszkola Promyczek - II edycja". W ramach tego projektu przedszkole czynne jest dodatkowo w godzinach popołudniowych 16.30 - 18.30 oraz prowadzone są warsztaty teatralne i plastyczne. Dzieci mogą również uczestniczyć w zajęciach z pierwszej pomocy przed medycznej, oraz korzystać z pomocy logopedy. Projekt ten obejmuje również zakup pomocy dydaktycznych oraz zakup sprzętu gwarantującego bezpieczeństwo dzieci. Dofinansowanie z budżetu miasta dostanie również Filharmonia Sinfonia Baltica na remont swojej siedziby, będzie to kwota rzędu 250 000 zł oraz Miejska Biblioteka Publiczna na dalszą komputeryzację - 57 500 zł. Jednak przeciętnego słupszczanina bardziej niż biblioteka, kino, teatr czy inne instytucje bardziej interesuje to co się dzieje obok niego, to co ma wręcz dosłowny wpływ na jego życie. Również w tej sferze miasto zamierza inwestować. Bolączką wielu kierowców jest fatalny stan nawierzchni większości słupskich dróg. Zarząd Dróg Miejskich otrzymał z budżetu miasta na usługi remontowe kwotę 2 715 000 zł. Z tych pieniędzy powinien uzupełniać na bieżąco ubytki w nawierzchniach jezdni, wymieniać zniszczone nawierzchnie chodnikowe zagrażające bezpieczeństwu pieszych, utrzymać w ciągłej sprawności technicznej sygnalizacji świetlnych, odnowić oznakowania poziome w okresie wiosennym, zniszczone znaki drogowe pionowe oraz pozostałe urządzenia bezpieczeństwa ruchu drogowego (bariery ochronne, słupki łańcuchowe, słupki przeszkodowe oraz zainstalowane bariery przeciw błotne), odnawiać i instalować zniszczone tabliczki z nazwami ulic i rond, konserwację i remonty kanalizacji deszczowej, oraz wykonywać remonty bieżące dróg. Dodatkowo na bieżące utrzymanie powiatowych pasów drogowych przewidziano kwotę 320 000 zł. Ważną inwestycją dla mieszkańców Słupska będzie niewątpliwie projekt pod nazwą Przebudowa połączenia komunikacyjnego pomiędzy drogą Wojewódzką nr 210 i SSSE w ciągu ulic Poniatowskiego i Grunwaldzkiej wraz z kontynuacją przebudowy ulicy Sobieskiego w Słupsku. Co konkretnie ma zostać zrobione? Na pewno będzie konieczne opracowanie wielobranżowej dokumentacji budowlanej na przebudowę ul. Sobieskiego od ul. 3 Maja do ul. Grunwaldzkiej. Dodatkowo wykonana zostanie przebudowa ulicy Poniatowskiego oraz odcinka ul. Grunwaldzkiej, czyli przebudowa jezdni, chodników, zjazdów, oświetlenie ulicy i przebudowa przejazdów kolejowych. W roku 2010 na ten cel przeznaczonych jest 6 158 213 zł. Dość ciekawym projektem jest budowa boiska przy Szkole Podstawowej nr 10 w Słupsku. Placówka ta do tej pory, mimo, że istnieje już blisko 20 lat, nie miała normalnego boiska sportowego, zaś uczniowie zwykle korzystali z uprzejmości sąsiadującego z nią Gimnazjum nr 6. Inwestycja obejmuje budowę boiska ogólnodostępnego z nawierzchnią syntetyczną o wymiarach min. 22x40 m oraz wykonanie podbudowy boiska z odwodnieniem (drenażem), położenie nawierzchni syntetycznej, wykonanie ogrodzenia wokół boiska i zakup wyposażenia boiska trwale mocowanego do podłoża. W budżecie miasta w 2010 roku przewidziano na to kwotę 430 000 zł. Wszystkich mieszkańców powinna ucieszyć wiadomość, że miasto nadal współuczestniczy w wyposażaniu nowego szpitala. Wojewódzki Szpital Specjalisty im. Janusza Korczaka, którego otwarcie planowane jest już na wiosnę otrzymał fundusze na zakup sprzętu medycznego i wyposażenia w zakresie diagnostyki i leczenia chorób onkologicznych, układu naczyniowego i cukrzycy w wysokości 205 000 zł. Zostanie ono wykorzystane na zakup aparatu RTG ramię C, czterech videogastroskopów oraz trzech videokolposkopów. Kibiców piłkarskich z kolei powinna ucieszyć informacja, że w 2010 będzie prowadzony dalszy etap przebudowy stadionu piłkarskiego przy ulicy Zielonej, na którym to obiekcie swoje mecze rozgrywa trzecioligowy Gryf 95 Słupsk. W tym roku prace mają objąć wykonanie drenażu, przyłączy kanalizacji deszczowej wraz z odwodnieniem liniowym, instalacji wodociągowej, podbudowę i montaż nawierzchni ze sztucznej trawy oraz wykonanie instalacji elektrycznej oświetlenia boisk. Miasto przewidziało również fundusze na upiększanie terenów zielonych. W tym roku planowane jest odtworzenie tryskacza fontanny w parku przy ulicy Sienkiewicza, popularnego „Murzynka", który został zniszczony przez wandali w 2006 roku. W ramach zadania zostanie wykonana nowa instalacja wodna, poprawiony postument oraz rzeźba na fontannie, na co zostało przeznaczone 30 000 zł.

Wszystkich, którzy po tym artykule czują jeszcze głód wiedzy o miejskich finansach zapraszam na stronę Słupska, tam w zakładce e-samorząd znajduje się link do udostępnionych dokumentów budżetowych, można tam znaleźć również zestawienia z ubiegłych lat.

Małgorzata Sikora

Słupskie tramwaje

Koniec XIX wieku stanowi w historii słupskiego transportu okres niezwykle ważny. Sprzyjał mu nie tylko rozwój urbanistyczny, modernizacja ulic, tworzenie nowoczesnej gospodarki komunalnej, ale także rozwój gospodarczy miasta.



Wydarzeniem, które miało okazać się dla Słupska szczególnie ważne, było rozpoczęcie w 1899 roku budowy miejskiej elektrowni parowej, którą oddano do użytku 14 listopada 1900 r. W grudniu prąd trafił do pierwszych odbiorców. Nie była to może oszałamiająca ich ilość, ponieważ elektrownia miała ograniczoną moc, jednak fakt elektryfikacji został zapisany w historii miasta. Zapotrzebowanie na prąd rosło, oświetlano nim ulice, mieszkania, napędzano nim urządzenia w licznych zakładach produkcyjnych. W 1910 r. pomyślano o wykorzystaniu jego mocy w komunikacji. To sprawiło, że moc elektrowni komunalnej przestała być wystarczająca. We wspomnianym 1910 r. Słupsk zużywał ponad 1 mln kWh, z czego 55% pochodziło z siłowni w Zgojewie. Przystąpiono więc w 1912 r. do budowy nowej elektrowni okręgowej w mieście, co pozwoliło całkowicie zelektryfikować Słupsk.

Już na etapie budowy pierwszej z nich zrodził się pomysł uruchomienia komunikacji tramwajowej i został przyjęty z entuzjazmem, mimo że nakładało to na miasto obowiązek przygotowania warunków w postaci ułożenia uzbrojenia kanalizacyjnego na ulicach, którymi miały przebiegać trasy tramwajów. Ponadto trzeba było podjąć się przebudowy Mostu Kowalskiego, polegającej na wzmocnieniu jego konstrukcji. Pracę tę za 250 tys. marek wykonały zakłady Siemens Schuckert Werke. Prace przygotowawcze i budowę zajezdni rozpoczęto w roku 1909. Projekt został ostatecznie zatwierdzony w kwietniu 1910 r., a już po 4 miesiącach w pełni zrealizowany, bez szkody dla jakości inwestycji. Uruchomienie komunikacji tramwajowej miało niezwykłą oprawę, ponieważ zbiegło się z przypadającymi 3 września 1910 r. obchodami 600 - lecia nadania Słupskowi praw miejskich (według tradycji niemieckiej). W roku 2010 przypada więc 100 rocznica tego wydarzenia.

Ogólna długość torowisk w dniu uruchomienia wynosiła 4,6 km, z czego zasadnicza linia tramwajowa miała długość 2,6 km. W późniejszych latach ulegała zwiększeniu, podobnie jak ilość taboru. W pierwszym okresie na ulice Słupska wyjeżdżało 5 wagonów motorowych, 1 rezerwowy i 2 wagony doczepne. O popularności tego środka lokomocji może świadczyć fakt, że zaledwie w ciągu pierwszych 7 miesięcy, a więc do marca 1911 r. słupskie tramwaje przewiozły ogółem 345 tys. osób, a w roku 1913 aż 689 tys.

Początkowo sieć tramwajowa była jednotorowa, z wyjątkiem odcinka Dworzec - Stary Rynek. Niestety, ze względu na ciasne, wąskie ulice inne rozwiązania nie wchodziły w grę.

W pierwszym okresie funkcjonowania tramwajów uruchomiono dwie linie. Pierwsza - czerwona - prowadziła od Bahnhofu (Dworca) poprzez Bahnhofstrasse (Wojska Polskiego), Ringstrasse (Łajming), Neutorstrasse (Nowobramska), Markt (Rynek), Schmiedestrasse (Kowalska), Wilhelmstrasse (Armii Krajowej), Quebbenstrasse (H. Pobożnego), Chausseestrasse (Garncarska), Sandberg (Wiejska), Blucherstrasse (Boh. Westerplatte) do Kaserne (Koszary). Druga linia tramwajowa - zielona - łączyła Bahnhof (Dworzec) z Woldkoter (Lasek Północny). Wiodła przez Bahnhofstrasee (Wojska Polskiego), Ringstrasse (Łajming), Neutorstrasse (Nowobramska), Markt (Rynek), Schmiedestrasse (Kowalska), Wilhelmstrasse (Armii Krajowej), Blumenstrasse (Partyzantów), Prasidentestrasse (Kilińskiego), Kassuberstrasse (Kaszubska). Obie linie łączyły się na Rynku z torowiskiem prowadzącym do zajezdni przy Amtstrasse (Kopernika).

W roku 1913 ilość przewożonych osób była znaczna. Obejmowała zarówno mieszkańców Słupska, jak i przyjeżdżających wczasowiczów z Ustki. Dostosowując się do rosnących potrzeb, dokonano rozbudowy sieci tramwajowej. Ułożono tory na Langestrasse (Mostnika), Schlawerstrasse (Szczecińska) i Butowerstrasse (Poznańska), a tor przy koszarach przedłużono do Husarenstrasse (Mierosławskiego) i Mackensenstrasse (Arciszewskiego). W celu usprawnienia przewozów dołożono drugi tor na ul. Wojska Polskiego i nowy tor na Bismarckstrasse (Sienkiewicza), przebudowano torowiska na Rynku. Zadbano także o rozbudowę zajezdni tramwajowej. Przedsięwzięcia te kosztowały 600 tys. marek, ale pozwoliły na uruchomienie kolejnej linii - niebieskiej, prowadzącej od Dworca do ul. Poznańskiej i wydłużenie linii czerwonej do ul. Arciszewskiego. Tramwaje kursowały w godzinach szczytu co 8 minut, a poza godzinami szczytu co 15 minut. Na początku lat trzydziestych oddano do dyspozycji mieszkańców kolejną linię - pomarańczową, kursującą na trasie Zajezdnia przy ul. Kopernika - Stary Rynek wyłącznie w godzinach szczytu co 20 minut. Wzrósł znacznie komfort podróżowania, z racji zakupienia 17 wagonów Lilpop III. Przed wybuchem wojny Słupszczanie doczekali się jeszcze jednej zmiany, tym razem oznakowania. Linię czerwoną zastąpiła „1”, zieloną - „2”, pomarańczową - „3”, niebieską - „4”.

Druga wojna światowa nie oszczędziła Słupska. Zniszczeniu uległa zabudowa miasta, infrastruktura, w tym także słupskie tramwaje. Jednak mimo wielu potrzeb, możliwe, że ważniejszych, postanowiono odbudować sieć tramwajową i dzięki ofiarności Słupszczan tramwaje ruszyły na trasę już w 1945 roku. Początkowo kursowały od zajezdni i dworca do centrum miasta, jednak w niedługim czasie funkcjonowały w całym mieście. Zakupiono nowe wagony Konstal 2N2 z Chorzowa i odbudowano zniszczony Most Kowalski, dzięki czemu bez przeszkód mogła kursować linia nr 1. Niestety, na swoje trasy nie wróciła „3” i „4”. Pozostałe dwie linie funkcjonowały bez zarzutu, ze zwiększoną częstotliwością. Słupsk dysponował na owe czasy nowoczesnym taborem. W roku 1955 i 1956 zakupiono kolejne cztery wagony Konstal 2N którymi pasażerowie nie cieszyli się zbyt długo. Po podjęciu decyzji o likwidacji sieci tramwajowej w Słupsku, zostały one przekazane do Elbląga i Bielska Białej. Jako powód likwidacji podano zły stan torowisk, uniemożliwiający bezpieczne eksploatowanie nowego taboru i to, że większość linii była jednokierunkowa. Ostatni, historyczny kurs miał miejsce 15 marca 1959 roku. Po nim z pejzażu miasta zniknęły urokliwe pojazdy szynowe, wyłaniające się zza Nowej Bramy, jadące malowniczymi uliczkami Starego Miasta i będące częścią jego historii, ekologiczne wagoniki stanowiące praktyczny środek lokomocji, do dzisiaj ceniony w dużych miastach Polski. Pozostał jedynie tramwaj na ul. Nowobramskiej, ustawiony w miejscu, gdzie kiedyś jeździł, kilka słupów trakcyjnych na ul. Arciszewskiego i ponad 20 zaczepów do lin nośnych trakcji na murach, bramach i kościołach.

Bożena Bugańska



Energia odnawialna

Z Marią Dasiewicz - specjalistką ds. kogeneracji odnawialnych źródeł energii rozmawia Bożena Bugańska.

- Posiadamy już dostateczną wiedzę na temat zachodzących zmian klimatycznych na świecie. Rabunkowy charakter czerpania złóż węgla, ropy i innych minerałów oraz emitowanie do atmosfery toksycznych związków to podłoże ich przyczyn. Wiele mówi się o nich na konferencjach, w mediach, ale niewiele się robi. Jednostkowe akcje nie przynoszą efektów. Czy jesteśmy gotowi na zmianę postaw?

- Zgodnie z międzynarodowymi aktami normatywnymi największe redukcje emisji dwutlenku węgla mają objąć także Polskę. Można to osiągnąć poprzez stopniowe ograniczanie udziału paliw kopalnych w bilansie energetycznym kraju, a więc zwrócenie się w stronę „czystych" nośników energii. Uzgodnienia krajów UE nakładają na nas określone zadania, związane ze stosowaniem technologii, sprzyjających ochronie środowiska naturalnego. Muszą one być stosowane, aby Polska nie płaciła kar. Za niezrealizowanie dyrektyw dostaniemy karę uznaniową od 10 do 30 tys. euro za 1 dzień. To wielki pieniądz, który stracimy, jeśli nie rozwiążemy tego problemu. A póki co, UE oferuje „narzędzia" dla realizacji zrównoważonego programu rozwoju i przeznacza na to środki finansowe. Dotyczy to także inicjatyw lokalnych w zakresie inwestycji proekologicznych.

- Co możemy zrobić na naszym terenie?

Możemy propagować budownictwo z zastosowaniem odnawialnych źródeł energii, w tym słońca i wiatru. Elektrownie wiatrowe są coraz doskonalsze i sprawniejsze i na naszym terenie istnieją warunki do wykorzystania siły wiatru. Powstają farmy wiatrowe. Turbiny wiatrowe można wykorzystać na potrzeby własnego gospodarstwa domowego, zgodnie z prawem energetycznym z 1997 r. i zmianami z 2004 r., które mówią, że wytwarzanie energii elektrycznej lub cieplnej na potrzeby własne nie podlega obowiązkowi uzyskania koncesji. Najbardziej realne i szybkie do wykorzystania są turbiny wiatrowe na dachu, bowiem nie wymagają modyfikacji budynków. Nie ma potrzeby wylewania fundamentów, gdyż mocuje się je na zasadzie olinowania. Nie potrzeba pozwolenia na budowę. Pompa ciepła, zestaw solarny, kominki z płaszczem wodnym, przydomowa turbina, to tylko niektóre urządzenia do czerpania z darmowych odnawialnych źródeł energii.

- Potrzebne jest więc upowszechnianie wiedzy o możliwościach technologicznych, zgodności z przepisami i o źródłach finansowania.

- Z tych powodów zakładam fundację, której celem jest podnoszenie świadomości życia w zdrowiu i w zgodzie ze środowiskiem. Aby „pospinać" dorobek nauki oraz wkład produkcji i dystrybucji wybrałam drogę budowania „modelowego domu", aby pokazać, że to jest możliwe, tanie, ekologiczne. Wielopokoleniowy dom - osiedle rozwiązuje przy okazji kilka problemów społecznych, zdrowotnych i finansowych miasta. Będziemy tam prowadzić warsztaty szkoleniowe dla radnych gmin, zarządów i służb budowlanych, programy ekologiczne i energetyczne, punkt konsultacyjny, pokazywać zastosowane instalacje i ich działanie. Na Wybrzeżu są bardzo dobre warunki i możemy być pierwszą taką instytucją w regionie. Rozsyłam projekty do gmin i inwestorów. Po prostu działam!

- Co ta wiedza daje przeciętnemu mieszkańcowi Słupska?

- Po pierwsze dostęp do przeprowadzenia termomodernizacji domu z 30% bezzwrotną dotacją. Po drugie możliwość uzyskania niskoprocentowego kredytu (3-4%) na 70% pozostałych kosztów poniesionych na zmianę urządzeń wytwarzających energię cieplną. Po trzecie zwrot poniesionych nakładów w ciągu 4 lat. Ponadto kwoty przeznaczone na opłacenie rachunków za dotąd zużywane nośniki energii wystarczą na spłatę kredytu, a nowa energia nic nie kosztuje. W 2010 r. mamy do dyspozycji kredyty adresowane do osób fizycznych, posiadających własną nieruchomość i do wspólnot mieszkaniowych, które chcą zamontować kolektory słoneczne. Dla przykładu: domek jednorodzinny o powierzchni 100 m. kw. zamieszkuje 5 osób. Dotychczasowe koszty c.o i c.u.w wynoszą średniomiesięcznie 800zł, koszt opału średniomiesięcznie to 100 zł. Razem - 900 zł. Koszt termomodernizacji to zakup zestawu solarnego - 700 zł, pompy cieplnej - 24000 zł, i instalacja - 800 zł. Razem 39000 zł. W tym 30% kosztu instalacji można pokryć z dotacji z Woj. Funduszu Ochrony Środowiska, czyli 11700 zł. Pozostałą część (27300zł) można sfinansować z niskoprocentowego kredytu udzielonego np. przez BOŚ. Rata miesięczna wynosi 670 zł przez 4 lata. Już w okresie kredytowania koszty się zmniejszają, gdyż zamiast płacenia średniomiesięcznego rachunku za nośniki energii (900zł) płacimy ratę 670zł. Po okresie spłaty koszty się zwracają, gdyż słonko, gleba, wiatr i woda nie wystawią nam żadnych rachunków. 300 mln dotacji pozwoli na uruchomienie kredytów o wartości 1 mld zł, co pozwoli na dofinansowanie od 80 do 100 tys. instalacji kolektorowych w gospodarstwach domowych.

- Na południu Polski te rozwiązania są coraz powszechniejsze. Czy nasi architekci, urzędnicy wydający właściwe dokumenty są orędownikami tej idei?

- Nie. Świadomość samorządów nie jest zbyt duża. Urzędnicy uważają, że problem zastąpienia tradycyjnych źródeł energii - odnawialnymi, przeciwdziałanie ociepleniu klimatu ich nie dotyczy, dopóki gminy nie nawiedzi ulewa, powódź, huragan, więc pora zacząć zmianę od nas samych.

- Dziękuję za rozmowę.



Czas Miłości



Sydney, rok 1872. Szesnastoletnia Elisabeth wysiada ze statku, na którym przybyła z dalekiej Szkocji, by poślubić swego kuzyna Aleksandra Kinross. Nigdy go nie widziała. Wie tylko, że jest znacznie starszy i że w młodości uciekł z jej miasteczka w poszukiwaniu lepszego losu. Aleksander Kinross jako nastolatek ucieka z domu i wyrusza w świat w poszukiwaniu szczęścia. W Ameryce zbija fortunę i jako zamożny mężczyzna wyjeżdża do Australii, gdzie staje się właścicielem własnego miasta. Do pełni szczęścia brakuje mu tylko kochającej żony i własnych dzieci. W tym celu ze Szkocji sprowadza Elisabeth. Inteligentny, ambitny i oczytany Alexander przemierzył cały świat i jest człowiekiem sukcesu: czego się w życiu tknie, obraca się w złoto. Ale majątek nie przynosi mu szczęścia, a Elisabeth nie jest w stanie go pokochać. Ta „trzecia" to Ruby, kochanka Alexandra, właścicielka domu publicznego i jego bystra wspólniczka w interesach. Ruby to jego miłość życia. Te trzy osoby zamknięte w kręgu niewypowiedzianych emocji, próbują ułożyć wspólne życie i być szczęśliwym. Wspaniała love story i jednocześnie saga rodzinna, przesycona przygodą, namiętnością, tragedią i patosem, wpisana w egzotyczną rzeczywistość XIX-wiecznej Australii.

Danuta Rakowska

Polska Szkoła Plakatu

Już tylko do 24 stycznia 2010 roku w Herbaciarni „W Spichlerzu" w Słupsku można oglądać wystawę „Polska Szkoła Plakatu XVIII. Prezent. Od Huberta Hilschera do Jerzego Czerniawskiego".

Na ekspozycji pokazane zostały plakaty z kolekcji Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku.

Motywem przewodnim wystawy jest prezent, przedmiot przedstawiony w 38 wariantach przez 24 autorów - absolwentów uczelni artystycznych.

Wśród rzeczy widoczny jest: statek z papieru, koperta, karta do gry, kompas, stara fotografia, okulary, zabawka, linijka, banknot, reprodukcja, makieta, siodło, krzesła, koszulka olimpijska, matrioszka, taśmy filmowe, fortepian, maszyna, tablica szkolna, proca, dzwon, słup graniczny, siekiera, miecz, pistolet oraz czołg.

Wszystkie przedmioty ukazane są w sposób artystyczny, dlatego wiele z nich zyskuje nowy, zaskakujący kontekst.

Widzowie mogą zobaczyć więc latające siodło, ceglane krzesło, słup graniczny w formie ołówka czy pistolet z kwiatkiem w charakterze pocisku.

W wystawie dominuje plakat filmowy, ale obok niego pojawia się również tematyka teatralna, wystawiennicza, muzyczna, historyczna, sportowa, festiwalowa, muzealna i pacyfistyczna.

Najstarszym plakatem jest „Biały obłok" Macieja Raduckiego z około 1963 roku, do czechosłowackiego filmu w reżyserii Ladislava Helge, a najmłodszym - Krzysztofa Białowicza „5 Międzynarodowy Festiwal Filmowy. Młode Kino Europejskie...", 2003, Toruń, Bydgoszcz.

Formaty prac wahają się od 100x70 do 80x60 cm.

Wstęp wolny w godzinach od 10:30 do 21:00.

(mas)

R E K L A M A

USŁUGI POGRZEBOWE
KALLA
601-928-600 CAŁA DOBĘ
59-842-81-96 DZIEŃ
59-842-12-85 NOC
59-840-36-60 FAX
195-88 ALARMOWY
Słupsk, ul. Armii Krajowej 15

SERWIS AUDIO-VIDEO
VIDEOSONIC
AUTORYZOWANY PRZEDSTAWICIEL SERWISOWY: PANASONIC, LG, SAMSUNG, DEAWOO, QUADRA-SHARP, TOSHIBA-ORION, SANYO
ZAKŁAD CZYNNY PO-PN 9-17
76-200 Słupsk, ul. Dmowskiego 10,
tel. (0 59) 845 55 63, tel. (0 59) 845 50 60
www.videosonic.tescom.pl

Biuro Turystyczne
"BELFER-JB"

Słupsk,
ul. Wojska Polskiego 28

www.belferjb.pl

665-265-088
59 84-1111-4

TATRY SLOWACKIE

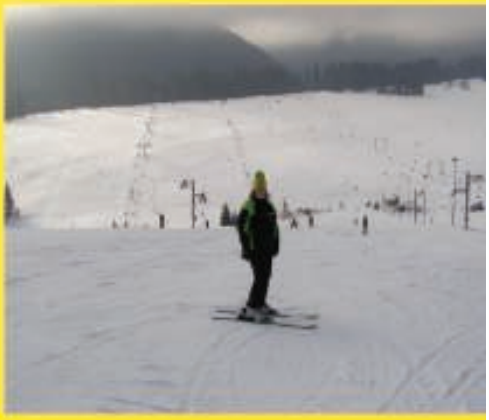
12.02 - 20.02 2010 r.

1150 ZŁ - NARTY
1230 ZŁ - SNOWBOARD
850 ZŁ - WCZASY



W CENIE:
- Skipassy i sprzęt
- Autokar
- Wyżywienie FB
- Zakwaterowanie
- Instruktorzy
- Ubezpieczenie











MERKURY
PIOTR LASZUK

BIURO POŚREDNICTWA W OBROCIE MIESZKANIAMI I NIERUCHOMOŚCAMI
od 1 czerwca 2009 r. siedziba naszego Biura mieści się przy ul. MIKOŁAJSKIEJ 1/1
www.merkury.slupsk.pl, e-mail: biuro@merkury.slupsk.pl, tel. 059 840 32 32, 0 500 040 776



Dom wolno stojący, o pow użytkowej 158 m² wg. operatu szcunkowego. Jednorodzinny, podpiwniczony, posadowiony na działce o po. 501 m kw. Budynek murowany (cegła + pustaki). Dach płaski kryty papą - istnieje możliwość nadbudowy. Okna wymienione PCV. Dom posiada funkcjonalny rozkład pomieszczeń. Na poziomie piwnic znajdują się pomieszczenia gospodarcze, w jednym z których mieści się piec centralnego ogrzewania typu Buderus. NA PARTERZE - pokój salon, duża, widna kuchnia, jadalnia z wyjściem do ogrodu, dwa przedpokoje oraz łazienka z wc. NA PIĘTRZE - 3 ustawne pokoje, z jednego z nich wyjście na duży, przestronny taras z pięknym widokiem na panoramę Słupska. Cicha spokojna okolica. **Cena: 440.000**



słupsk, komorowskiego. 3 pokojowe 72,58 m , IV p. Mieszkanie rozkładowe, dwustronne, opomiarowane c.o. ciepła i zimna woda. Okna częściowo wymienione PCV. W pokojach na podłogach panele. W kuchni glazura, terakota + wyposażenie standardowe bez szafek. Duża łazienka z oknem, glazura, terakota nowego typu. WC osobno - glazura, terakota. Przedpokój wykończony częściowo panelami, na podłodze terakota. W cenie pozostaja dwie szafy typu Komandor. Blok czteropiętrowy ocieplony. Blisko szkoła, sklepy, przychodnia, przystanek MZK.
Cena: 245.000 zł.
W PRZYPADKU TEJ OFERTY WYNAGRODZENIE BIURA POKRYWA TYLKO SPRZEDAJĄCY !!!



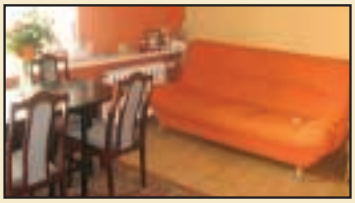
USTKA 2 POKOJOWE, jednostronne położone na parterze w bloku czteropiętrowym o pow. 34,62 m², w skład którego wchodzą 2 pokoje (pierwotnie 1 pokój), kuchnia, łazienka z wc oraz przedpokój. Z dużego pokoju wejście do mniejszego pokoju oraz kuchni. Kuchnię z mniejszym pokojem dzieli oszklona ściana przez którą wpada światło naturalne. Wszystkie okna wymienione na drewniane. W pokojach oraz przedpokoju na podłodze panele, na ścianie gładź tynkowa. W kuchni pas glazury oraz terakota. W łazience glazura i terakota nowego typu. Wymieniona instalacja gazowa. W cenie mieszkania pozostaje szafa w przedpokoju typu Komandor. Wyposażenie łazienki stanowi kabina prysznicowa, umywalka, wc, szafka łazienkowa. **Cena: 159.000 zł**



Słupsk - ZATORZE BEZCZYNSZOWE!!! Atrakcyjne mieszkanie 3 pokojowe o pow. 76,38 m kw. położone na I piętrze w budynku dwurodzinnym. W skład wchodzą 3 pokoje, kuchnia, łazienka z wc oraz przedpokój. Mieszkanie rozkładowe, do każdego pomieszczenia osobne wejście. Kuchnia oraz łazienka widna. W pokojach na podłodze panele, ściany malowane. W kuchni pas glazury, ściany malowane + panele ścienne, na podłodze terakota. W przedpokoju panele podłogowe oraz panele ścienne, na suficie kasetony. W łazience glazura oraz terkota nowego typu. Ogrzewanie miejskie. Do mieszkania przynależą dwie piwnice o pow. 26 m² i ok. 3 m² oraz dwa miejsca parkingowe. **Cena: 350.000 zł**



3 pokojowe 66 m kw. Słupsk - Os. Niepodległości. Mieszkanie z widokiem na panoramę Słupska. Rozkładowe, dwustronne z balkonem loggia położone na VII piętrze w wieżowcu. Przestronne z dużym przedpokojem podzielonym na dwie części. Opomiarowane. Okna wymienione PCV. W pokoju dziennym i przedpokoju na ścianie gładź tynkowa , na podłodze parkiet, w dwóch pozostałych pokojach ściany malowane, podłogi - deski. W kuchni pas glazury, terakota. Łazienka z wc połączona podczas kapitalnego remontu, oświetlenie halogenowe, nowa armatura sanitarna, glazura do pełnej wysokości, terakota nowego typu. Dobra lokalizacja, blisko przystanki autobusowe, poczta, bank, liczne sklepy wielobranżowe, przychodnia, sklepy hipermarkety. **Cena: 230.000**



Słupsk, Os. Niepodległości. Mieszkanie 2 pokojowe o pow. 45,9 m², rozkładowe na dziesiątym piętrze w wieżowcu, z balkonem typu loggia. Mieszkanie składa się z dwóch pokoi, widnej kuchni, łazienki z wc oraz przedpokoju. W pokojach oraz przedpokoju na podłodze panele, na ścianach gładź. W kuchni terakota, nad ciągiem kuchennym pas glazury, na ścianach tapeta natryskowa. W cenie pozostają meble w przedpokoju oraz wyposażenie kuchni (meble kuchenne, stół, krzesła, kuchenka). Wyposażenie łazienki stanowi wanna, umywalka oraz wc. Okna wymienione OCV + rolety wewnętrzne, drzwi zewnętrzne typu Porta. Mieszkanie usytuowane wschód-zachód, ciepłe, bardzo słoneczne. Do mieszkania przynależy piwnica o pow. 2,2 m². **Cena: 165.000 zł do negocjacji**



Słupsk ATRAKCYJNY dom w zabudowie bliźniaczej, dwukondygnacyjny, całkowicie podpiwniczony i ocieplony - nowa elewacja. PIWNICE: garaż z kanałem, pralnia, kotłownia, dwa pomieszczenia gospodarcze. PARTER: przestronny hol, przedpokój, salon z kominkiem i wyjściem na taras, kuchnia, sypialnia, WC. PIĘTRO: 3 pokoje w tym jeden z wyjściem na balkon, duża łazienka z wc - okno balkonowe. STRYCH o powierzchni cakowitej ok. 60 m - możliwość adaptacji na dodatkowy pokój. Okna wymienione PCV z roletami wewnętrznymi, drzwi wejściowe nowe antywłamaniowe. Możliwa zamiana z dopłatą na mieszkanie 3 pokojowe w nowym budownictwie w Słupsku, do II piętra w bloku czteropiętrowym.
POLECAMY!!! Cena: 485.000



12 km od Słupska. Budynek o pow. 170 m kw. składający się z części handlowo usługowej - sklep o pow. 70 m kw (sala sprzedaży, magazyn, biuro, zaplecze sanitarne) oraz części o pow. 100 m kw którą można zaadaptować na mieszkanie dwupoziomowe. Ogrzewanie własne etażowe, siła, prąd, kanalizacja, zimna woda opomiarowana. Działka o pow. 1575 m kw w większej części ogrodzona płotem metalowym. Nieruchomość idealnie nadaje się na prowadzenie różnego rodzaju nieuciążliwej działalności, produkcji czy sklepu z jednoczesną funkcją mieszkalną. Możliwa zamiana na mieszkanie ok. 50 m kw w Słupsku.
Cena: 250.000



Słupsk Os. Piastów - 3 pokojowe 66,8 m kw, rozkładowe, dwustronne mieszkanie z balkonem loggia położone na I piętrze w wieżowcu. Duży przedpokój podzielony na trzy części. Opomiarowane, ciepła woda z sieci, c.o. miejskie. Okna wymienione PCV. W pokojach i przedpokoju na ścianach tapety , na podłogach wykładzina PCV. W kuchni pas glazury, terakota. Łazienka i wc osobno w nich terakota i glazura do pełnej wysokości. Mieszkanie ciepłe , przestronne. Opłaty eksploatacyjne 515 zł/ 5 os. z f.r. Cicha spokojna okolica, dużo zieleni, trawniki, krzewy, blisko przystanki autobusowe, poczta, bank, liczne sklepy wielobranżowe, hipermarkety. Budynek ocieplony, odnowiona elewacja. Przed budynkiem znajduje się parking dla mieszkańców. **Cena: 208.000 zł**



IDEALNE DO PROWADZENIA DZIAŁALNOŚCI! Przestronne mieszkanie 3 pokojowe o pow. 88,98 m² położone na wysokim parterze w przedwojennej stylowej kamienicy w centrum Słupska, w okolicy CH Wokulski i Manhatan. W skład mieszkania wchodzą 3 pokoje, kuchnia, duży przedpokój, oraz łazienka z wc. Przestronna, zadbana klatka schodowa. Okna wymienione PCV (oprócz dużego pokoju). Okna wychodzą na ul. Tuwima i Witosa. Z kuchni wejście do mniejszego pokoju. Kuchnię z mniejszym oknem dzieli oszklona ściana przez którą wpada światło naturalne. W pokojach na podłodze wykładzina PCV, ściany malowane. W kuchni nad ciągiem kuchennym pas glazury, ściany malowane.
Cena: 450.000



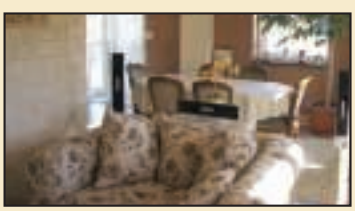
UNIKALNA INWESTYCJA I LOKALIZACJA !!! Mieszkanie o unikatowej, ciekawej architekturze z balkonem o powierzchni 102,72 m² położony na I piętrze w przedwojennej stylowej kamienicy w samym centrum Słupska przy głównej spacerowej ulicy. Trzy duże pokoje, z których jeden z wyjściem na balkon, przestronna kuchnia, widna łazienka z wc, duży przedpokój oraz pomieszczenie gospodarcze. Mieszkanie częściowo wyłożone jest piękną przedwojenną boazerią. Idealnie nadaje się do zamieszkania, jak i prowadzenia biura kancelarii notarialnej, adwokackiej itp. Do mieszkania przynależą dwa osobne wejścia. Okna drewniane. W pokojach na podłodze oryginalne deski, na ścianach boazeria, gładź tynkowa, tapeta.
Cena: 480.000 zł



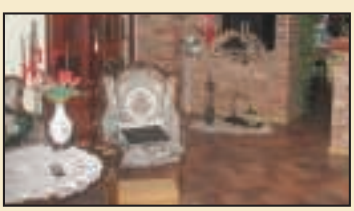
Słupsk, Os. Niepodległości. Dom w zabudowie szeregowej o pow. użytkowej 123 m kw. Podpiwniczenie: garaż, pralnia, dwa pokoje. Parter: salon z wyjściem na taras, kuchnia, wc, hol. Piętro: 3 pokoje w tym jeden z wyjściem na balkon, łazienka z wc. Poddasze pokój rekreacyjny z kominkiem. Okna wymienione PCV, ogrzewanie centralne miejskie + dodatkowo dwa kominki. Działka o pow. 255 m kw.W rozliczeniu może być mieszkanie własnościowe z dopłatą. **Cena: 495.000,- zł**



Ustka. Mieszkanie 3 pokojowe o pow. 47,11 m kw. położone na wysokim parterze w bloku czteropiętrowym, ocieplonym. Okna wymienione PCV, na podłogach w pokojach i przedpokoju panele. W łazience z wc glazura, terakota nowego typu. W cenie mieszkania pozostaje zabudowa kuchni na wymiar (szafki stojące i wszące). Drzwi wejściowe wymienione antywłamaniowe.
Cena: 215.000



SŁUPSK, OS. AKADEMICKIE. Atrakcyjny dom wolno stojący, podpiwniczony, ocieplony. Komfortowo wykończony, okna PCV, Ogrzewamie własne gazowe + kominek w salonie. We wszystkich pomieszczeniach na dole i w przedpokoju i łazience na górze ogrzewanie podłogowe. Działka o pow. 1357 m kw ładnie zagospodarowana.
Cena: 850.000.



3 pokojowe Słupsk. Atrakcyjne mieszkanie położone w spokojnej dzielnicy Słupska o pow. 94,33 m². Składa się z przestronnego salonu z wyjściem na balkon, aneksu kuchennego, dwóch pokoi (w jednym dodatkowy balkon), widnej łazienki, w której komfortem jest jednocześnie kabina prysznicowa i wanna, WC oraz dużego przedpokoju z szafą typu Komandor. Okna wymienione PCV. W dwóch pokojach, kuchni oraz przedpokoju terakota. **Cena: 365.000 zł**



KRĘPA działka o pow. 1041 m kw. położona na osiedlu domków jednorodzinnych. Uzbrojenia: woda, energia elektryczna i kanalizacja na działce.
Cena: 110.000

Ponadto polecamy działki Siemianicach(725,110000), Niewierowie(1200), Marszewie(4458), Wlynków-ku(1500), Dębnicy Kaszubskiej (1397).

SPRZEDAŻ - KUPNO - ZAMIANA - WYNAJEM - KREDYTY

O tym się (nie) mówi!

Zbieranie ziół, ich przechowywanie, tworzenie mikstur to zajęcie, które od lat towarzyszy człowiekowi, bo walka z choroba i śmiercią jest najstarszą wojną jaką on prowadzi. Kto pierwszy zauważył moc ziół - nie wiadomo. Prawdopodobnie mieszkał w jaskini, odziewał się w skóry zwierząt. Prowadził go instynkt, ten sam, który każe zwierzętom na pastwisku omijać jedne rośliny, a wybierać drugie. Potem przyszła wiedza. Zielarstwo stało się gałęzią nauki przyrodniczej. J. Jambor, przew. Polskiego Komitetu Zielarskiego przekonuje, że najgorsze, co może się zdarzyć, to patrzenie na ziołolecznictwo z perspektywy mitów i magii, podważanie aktywności terapeutycznej ziół stosowanych od tysięcy lat.

Od nowego roku zacznie obowiązywać zakaz stosowania wielu witamin, minerałów i ziół oraz produktów pochodzenia roślinnego w suplementach diety, co w praktyce oznacza koniec większości tanich terapii naturalnych bazujących na tych składnikach. W Unii Europejskiej stopniowo wprowadza się pod hasłami ochrony konsumenta skandaliczne regulacje w porozumieniu z WHO i Kodeksem Żywnościowym. Z roku na rok będzie coraz gorzej z naszym zdrowiem. Komisja Kodeksu zakazuje informowania o korzystnym działaniu zdrowotnym lub leczniczym produktów bez zezwolenia, ale dopuszcza ponad 3000 różnych pestycydów w żywności zakazanych przez Konferencję Sztokholmską, uprawę i sprzedaż żywności modyfikowanej genetycznie, hormonów w hodowli zwierząt rzeźnych i mlecznych, konserwantów itd. Możliwe, że nie będzie można bez zezwolenia prowadzić przydomowej uprawy warzyw, owoców i ziół, tak jak w przypadku maku. Polityka twórców Kodeksu Żywnościowego przypomina historię o żabie. Gdy wrzuca się ją do wrzątku, to wyskoczy, ale jeśli powoli podgrzewa się wodę, w której pływa, daje się ugotować. W ciągu najbliższych lat stopniowo będą wchodzić w życie przepisy, które pozwolą okraść nas ze zdrowia i fundamentalnych praw obywatelskich, np. dotyczących sposobów leczenia. Te działania są celowo rozciągnięte w czasie, aby ludzie przyzwyczajali się do zmian, ciągłych ograniczeń. Organizacja Zdrowia (WHO) miała promować bezpieczną żywność i leki, ale zbyt duży wpływ zaczęły wywierać na nią koncerny farmaceutyczne i spożywcze. Wg dr M. Ratha, zajmującego się leczeniem chorób naczyniowo-sercowych, jej przedstawiciele stanowią dziś ponad połowę składu Komisji. Globalizacja handlu dała koncernom możliwość zysków, a to pociągnęło za sobą wymóg konserwacji żywności metodami chemicznymi i radiacyjnymi. W tych procesach większość witamin i enzymów jest niszczona, a pokarm staje się mniej odżywczy. Ich uzupełnieniem są suplementy diety i zioła. Jak widać, ochrona zdrowia przeciętnego Kowalskiego gdzieś po drodze się zagubiła. Bulwersują go też sytuacje, gdy lekarze zapisują leki, których logo jest na ich długopisie. Przecież nas, pacjentów, nie obchodzi biznes, nas obchodzi nasze zdrowie!

Około 300 wytycznych Kodeksu jest dobrowolną podstawą do stanowienia prawa krajowego i rozstrzygania międzynarodowych sporów handlowych. Ale to trik, bo żaden kraj nie jest informowany o konsekwencjach nietańczenia w takt muzyki Kodeksu, czyli ogromnych karach i sankcjach handlowych. Z takim obciążeniem boryka się od jakiegoś czasu UE, która płaci rocznie 128 mln dolarów odszkodowania za odmawianie importu niezdrowego mięsa z USA i Kanady. Skoro Komisja orzekła, że mięso jest bezpieczne, to żaden kraj nie może bezkarnie ograniczać handlu. Na takie konsekwencje stać może bogatą UE, ale nie pojedynczy kraj, taki jak Polska. Jeśli WHO orzeknie zakaz terapii naturalnych, zmuszą nas do ich zaniechania, chyba że znajdziemy cudowny sposób na zapłacenie kar. Firmy farmaceutyczne spragnione zysków nie ustąpią. Sponsorują lekarzy, apteki, atakują reklamami i przekonują, że naturalne witaminy to toksyny!

Od 2010 r. ulegają drastycznej obniżce maksymalne dopuszczalne dawki witamin i minerałów w suplementach diety, np. poziom beta-karotenu będzie trzy i pół razy niższy niż w jednej marchewce, selenu trzy razy niższy niż w orzechu. Takie preparaty będą posiadały niewielką wartość. Produkty zawierające wyższy poziom tych substancji, będą traktowane jako leki. Taka klasyfikacja spowoduje, że zniknie 6 sklepów zielarskich w Słupsku i wiele produktów ze sklepów spożywczych, gdyż będą one podlegać prawu farmaceutycznemu. Wg K. Nowaka z PKZ proces rejestracji jest kosztowny i restrykcyjny. Upadną krajowi producenci produktów naturalnych, np. Herbapol. Koncerny farmaceutyczne przejmą bogaty rynek suplementów diety, a następnie go zniszczą, ponieważ witaminy i minerały nie podlegają patentom, więc nie mogą przynosić takich zysków jak leki syntetyczne. Poza tym preparaty ziołowe zapobiegają chorobom, zmniejszając zapotrzebowanie na drogie leki farmaceutyczne, które działają na objawy, wywołują skutki uboczne, a tym samym podtrzymują zły stan zdrowia społeczeństwa. Każdy z nas nie będzie miał wyboru, będzie na łasce koncernów farmaceutycznych, którym przyniesie krociowe zyski. Likwidowanie oddziałów szpitalnych, finansowanie przez NFZ określonej przez urzędników, a nie potrzebnej ilości świadczeń zdrowotnych, konieczność aktualizowania co miesiąc RMUA z powodu zlikwidowania od 1 stycznia książeczek ubezpieczeniowych, będących dotąd dowodem opłacania składek zdrowotnych to wrażenie pogłębia. - Zapobieganie chorobom nie leży w interesie przemysłu farmaceutycznego i stąd wypowiedzenie wojny medycynie naturalnej - uważa dr. M. Rath - istnienie tego przemysłu zależy od rozwoju chorób. Produkuje on leki, które nie mogą ich zlikwidować, bo to podkopywałoby podstawy ich istnienia. Około 80% leków obecnych na rynku nie ma potwierdzonej skuteczności i działa tylko objawowo. Choroby się rozwijają, choć medycyna naturalna ma na nie sposób i mamy prawo korzystać z jej osiągnięć, jeśli taka nasza wola. Leczenie ziołami nie wyklucza konsultacji lekarskich, ale może pomóc. Działają łagodniej od syntetyków, ale trzeba wiedzieć jak je stosować i w jaki sposób łączyć bezpiecznie ze sobą. Strachu przed nimi używa się do pobudzenia sprzedaży leków syntetycznych i nigdzie nie robi się tego tak bezwstydnie jak w sferze medycyny i pożywienia. Zostaliśmy uzależnieni od leków, co pokazuje olbrzymia liczba wypisywanych recept.

Czy niedługo zamiast herbatki z melisy lub rumianku będziemy podawać niemowlętom tabletki nasenne albo leki przeciwbólowe? Na prośbę o wyjaśnienia w tej sprawie Ministerstwo Zdrowia nie odpowiedziało. Tymczasem część lekarzy i biologów nie ukrywa swoich obaw.

Co się stało, że pogubiliśmy się w trosce o nasze zdrowie, odeszliśmy od prostych zasad? - mówi Irena Socha, prowadząca sklep zielarsko-medyczny na ul. Wojska Polskiego. Koncerny farmaceutyczne to ogromna siła, która chce zmieść z rynku zioła, które są naszą tradycją i naszym zdrowiem. Bez naturalnych warzyw i ziół jedzenie byłoby pozbawione smaku i aromatu. Dokuczałoby nam wiele dolegliwości, a tymczasem herbata z jemioły reguluje nasza ciśnienie, z morwy - poziom cukru we krwi, siemię lniane pozbawia problemów trawiennych. W sytuacji, gdy dużo pracujemy, stresujemy się, mało odpoczywamy, źle się odżywiamy, zioła są niezbędne. Zdjęcie ich z półek i wprowadzenie ich do aptek to skuteczna próba rozłożenia zielarstwa od wewnątrz i całkowitego wycofania ich ze sprzedaży. Na rumianku, koperku, majeranku nie da się zarobić dużych pieniędzy, więc apteki i firmy farmaceutyczne nie są nimi zainteresowane. Od października obowiązuje nowa lista dostępnych ziół, sprzedawanych w sklepach zielarskich, podobna do listy leków dla aptek i punktów aptekarskich. Zdjęto z niej witaminę C, a przecież syntetyczną można kupić niemal wszędzie, nawet na stacji benzynowej. To jest tragedia! Bez naturalnych witamin grożą nam jeszcze bardziej choroby przewlekłe, w tym rak, cukrzyca i choroby serca, które już dzisiaj rozwijają się w zastraszającym tempie, wspomagane przez producentów modyfikowanej żywności.

Te niehumanitarne regulacje prawne, oddające koncernom kontrolę nad tym co jemy, pijemy i jak się leczymy spowodowały, że prowadzi się w 27 krajach UE międzynarodową kampanię w sprawie Referendum na rzecz Naturalnych Środków Leczniczych i swobodnego dostępu do osiągnięć medycyny naturalnej, opartej na podstawach naukowych. Zbierane są podpisy pod petycją i każdy, komu drogie jest zdrowie i prawo wyboru leczenia, może złożyć swój podpis na stronie www.eu-referendum.org/polski/petition/natural_remedies_info.htm. Ponieważ urzędnicy Min. Zdrowia nie chcą wypowiadać się w ten temat, więcej informacji na www.naturalnenielegalne.pl i www.anh-campaign.org.

Bożena Bugańska



BÓLE KRĘGOSŁUPA

Kręgosłup jest najważniejszą częścią szkieletu, to podstawa, na której utrzymuje się całe ciało człowieka. Jest on słupem kostnym, ruchomą osią tułowia i szyi, położoną w płaszczyźnie pośrodkowej po grzbietowej stronie ciała. Biegnie od podstawy czaszki do dolnego końca tułowia i razem z żebrami oraz mostkiem stanowi kościec osiowy. Ponieważ kręgosłup musi dźwigać górną część ciała powinien być odpowiednio wytrzymały, dlatego kręgi niższych odcinków stają się coraz większe i masywniejsze. Budowa kręgosłupa zapewnia również ochronę biegnącemu w nim rdzeniowi kręgowemu, amortyzuje wstrząsy dzięki swojemu kształtowi - lordozie szyjnej, kifozie piersiowej i lordozie lędźwiowej oraz stanowi narząd ruchu. Niestety kręgosłup nie zawsze może spełniać swoje funkcje, zwłaszcza, gdy ulega różnym schorzeniom. Należą do nich zwichnięcie kręgosłupa, a dokładnie poszczególnych kręgów. W takim przypadku mięśnie wokół zwichniętego kręgu stają się sztywne, przez co kręgi nie mogą powrócić na swoje miejsce. Innym powodem dolegliwości liczne zwyrodnienia kręgosłupa. Wymagają one wielu ćwiczeń, zabiegów fizjoterapeutycznych takich jak masaż okolic kręgosłupa. Zmniejszają one bóle i przywracają sprawność fizyczną. Jest wiele metod leczenia schorzeń kręgosłupa ich powodzenie zależy od rodzaju choroby a także od indywidualnych predyspozycji osoby chorej. Specjaliści uważają, że operacja nie jest jedynym i koniecznym wyjściem dla polepszenia stanu zdrowia i wiele zabiegów manualnych daje lepsze wyniki. Natomiast operacja kręgosłupa często niesie ze sobą duże ryzyko, a czasami nawet konieczność wykonania dalszych zabiegów operacyjnych.

Aby uniknąć wielu schorzeń kręgosłupa, należy pamiętać o kilku ważnych czynnikach takich jak odpowiednie podłoże do spania, które jest ważne zwłaszcza dla osób cierpiących na schorzenia typu: dyskopatia, skolioza i choroba występująca najczęściej po 50 roku życia osteoporoza.

Ból kręgosłupa jest jedną z wielu najczęściej nękających współczesne społeczeństwo dolegliwości. Przyczyny bólu kręgosłupa mogą wynikać z uszkodzenia lub zaburzenia funkcjonowania układu kostnego, nerwowego, naczyniowego, tkanek miękkich np. mięśni oraz innych struktur tworzących kręgosłup. Przebiega, jako sporadyczne incydenty, często z nawrotami lub jako przewlekłe dolegliwości. Ból kręgosłupa może być skutecznie leczony, wymaga to postawienia trafnego rozpoznania, gdyż tylko ono warunkuje dobór skutecznej terapii.

Bóle kręgosłupa często pojawiają się u kobiet ciężarnych. Związane jest to z dużym obciążeniem dla kręgów. Zaleca się wtedy różne ćwiczenia, które pozwalają zmniejszać przykre dolegliwości. Często po porodzie ustępują one samoczynnie, ale niekiedy obciążenie dla kręgosłupa jest tak duże, że dochodzi do poważniejszych uszkodzeń, wtedy należy podjąć leczenie. Dobrym wyjściem są zabiegi fizjoterapeutyczne typu masaż lub inne techniki manualne.

Częstą przyczyną skrzywienia kręgosłupa u dzieci jest przyjmowanie nieprawidłowej postawy siedzącej. Podczas pobytu w szkole większość czasu dziecko spędza w postawie siedzącej, nie zawsze prawidłowej, a do tego nauczyciele i wychowawcy nie zawsze zwracają uwagę na ten stan rzeczy i nie korygują niewłaściwych postaw. Te z kolei prowadzą do zniekształceń w budowie i postawie ciała. Należy korygować wady postawy, zwłaszcza u dzieci, a także dbać o aktywne spędzanie czasu wolnego.

PRZEPISY KULNARNE

Key lime pie - ciasto cytrynowe

Spód: 1.25 szklanki pokruszonych półsłodkich herbatników, 2 łyżki cukru, 5 łyżek stopionego masła. **Masa:** 1 puszka (450 ml) słodzonego mleka skondensowanego, 4 żółtka, 1/2 szklanki soku z limonek lub cytryn (świeżo wyciśniętego) oraz 3/4 szklanki schłodzonej śmietany kremówki

Sposób przygotowania:

Przygotuj masę na spód ciasta: rozgrzej piekarnik do 175°C. Wymieszaj okruchy herbatników z masłem i cukrem. Masę równomiernie rozłóż na dnie formy na tartę (najlepiej szklanej) o średnicy 26 cm. Piecz 10 minut, a potem wyjmij i ostudź. Nie wyłączaj piekarnika.

Przygotuj masę: połącz skondensowane mleko z żółtkami, dodaj sok z limonek lub cytryn i bardzo dokładnie wymieszaj. Rozsmaruj na podpieczonym spodzie, piecz jeszcze 15 minut.

Formę z ciastem odstaw do ostygnięcia (dopiero ostudzona masa zaczyna tężeć). Przykryj, wstaw na 8 godzin do lodówki.

Bezpośrednio przed podaniem ubij na sztywno śmietanę kremówkę. Ciasto posmaruj bitą śmietaną, pokrój na porcje i od razu podawaj.

Tort Sachera

Ciasto: 150 g masła, 125 g cukru pudru, 8 jajek, 200 g ciemnej (ale nie gorzkiej) czekolady, 125 g mąki. **Masa:** 1 słoiczek konfitury morelowej, 1 łyżka soku z cytryny. **Polewa:** 200 g ciemnej czekolady, 150 cukru pudru, 200 ml śmietany 30%, kilka kropel esencji waniliowej.

Sposób przygotowania:

Ucieramy masło z cukrem, dodajemy kolejno po jednym żółtku, roztopioną w kąpieli wodnej czekoladę, wreszcie - przesianą mąkę. Białka ubijamy na sztywno i dodajemy do masy - najpierw 1/4, potem resztę. Wylewamy wszystko do natłuszczonej tortownicy i pieczemy w temp. 180°C przez 50-55 min. Upieczony biszkopt studzimy, a kiedy będzie całkiem zimny, rozcinamy go na dwie warstwy. Konfiturę podgrzewamy z sokiem cytrynowym, przecieramy przez sito i smarujemy nią wierzch (obficie) i boki (nieco skromniej) obu biszkoptów. Układamy jeden na drugim. Przygotowujemy polewę. Czekoladę, cukier, śmietanę i wanilię podgrzewamy na małym ogniu, ciągle mieszając. Gdy masa będzie gęsta i gładka, pokrywamy nią cały tort.

DBAJ O SWÓJ KRĘGOSŁUP

Kręgosłup jest słupem kostnym, który stanowi podstawę naszego ciała. Ponieważ spełnia ważną rolę trzeba o niego dbać pod każdym względem. Dolegliwości, jakie nękają nasze kręgosłupy są bardzo różne. Mają charakter wad wrodzonych i nabytych oraz różnych schorzeń, których przyczyną mogą być zła dieta, brak aktywności fizycznej oraz inne choroby, a także podeszły wiek. Powodują one odczuwanie silnego bólu kręgosłupa, a także ograniczają aktywność ruchową.

Schorzenia kręgosłupa mogą powodować dolegliwości innych narządów: głowy, kończyn i narządów wewnętrznych. Niestety jedną z podstawowych przyczyn występowania chorób kręgosłupa jest ograniczanie ruchu i wysiłku fizycznego w sensie rekreacyjnym. Większa część społeczeństwa ma szanse niestety przekonać o tym na własnej skórze. Objawy dolegliwości to przede wszystkim bóle w różnych odcinkach kręgosłupa a także bóle głowy, czasami nawet bóle w klatce piersiowej. We wszystkich dolegliwościach kręgosłupa proponowany jest masaż, jako zmniejszenie dolegliwości bólowych. Zmniejsza także napięcia, jakie są odczuwalne wzdłuż kręgosłupa i pozwala zrelaksować się pacjentowi.

Jest wiele rodzajów i technik masażu w zależności od umiejscowienia dolegliwości. Masaż mięśni przylegających bezpośrednio do kręgosłupa poprawia ich kondycję, dzięki czemu mogą utrzymywać stabilnie kręgosłup i nie dopuszczać do jego skrzywień. Mięśnie te rozluźniają się, a to z kolei zapobiega skutkom stresu, którego objawem jest właśnie napięcie mięśni. Masaże według zaleceń medycyny wschodniej pobudzają tak zwane punkty bioaktywne. Uciskając te miejsca masażysta powoduje dobroczynny wpływ na funkcjonowanie narządów wewnętrznych.

Masaż zawsze wymaga wiedzy z zakresu anatomii i fizjologii człowieka i powinien być wykonany przez specjalistę rehabilitanta. Seria zabiegów oczywiście poprawia samopoczucie, jednak czasami jednorazowa seria nie wystarcza i zabiegi trzeba powtórzyć, zwłaszcza, jeżeli bóle kręgosłupa powrócą.

Masaż kręgosłupa obejmuje plecy, pośladki i barki. Nie trwa dłużej niż 25 minut. Początkowe serie bywają krótsze. Wykonuje się go w kierunku przepływu krwi, czyli do serca. Podczas zabiegu nie powinno się odczuwać dużego bólu, jeśli jednak jest on nie do zniesienia masaż może zaszkodzić i nie przyniesie pożądanych efektów.

Do technik masażu kręgosłupa można zaliczyć: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie i wibrację. Głaskanie jednocześnie rozpoczyna i kończy masaż a polega ono na rozcieraniu preparatu zastosowanego do zabiegu. Uspokaja i relaksuje. Rozcieranie natomiast wykonywane jest za pomocą kciuka. Poprawia oddychanie, zmniejsza ból, uspokaja i odpręża. Ugniatanie jest metoda, którą można stosować we wszystkich miejscach. Używa się obu dłoni ugniatając mięsnie palcami. Oklepywanie jest dosyć szybkie. Nie oklepuje się kości, łopatek i nerek. Z wibracją mamy do czynienia, gdy masażysta wprowadza w drgania tkanki powierzchowne oraz głębsze. Również taki zabieg przynosi ulgę w bólu.

R E K L A M A

TALCOM

* SERWIS KOMPUTEROWY

* OBSŁUGA INFORMATYCZNA FIRM

* PROJEKTOWANIE STRON INTERNETOWYCH

www.talcom.pl, e-mail: biuro@talcom.pl, tel. +48 503 755 659

Producent chronionego patentem rozwiązania o nazwie „Anel System – do budowy balustrad, poręczy, wysoka wnętrz

„ ANEL – SYSTEM ”

„ANEL” Przedsiębiorstwo Wielobranżowe
www.detalenierdzewne.pl
tel. 059 840 30 80 , 601686911



ANEL SYSTEM
Nowość
Detale ze stali nierdzewnej do samodzielnego montażu!



Dla profesjonalisty i majsterkowicza

STAL NIERDZEWNA



Najwyższa jakość !
Balustrady, Poręcze, Zadaszenia



Oferujemy: doradztwo, wykonanie, montaż

Sprzedaż: detali do samodzielnego montażu oraz bezpłatną pomoc techniczną

Połączenia ze szklem i drewnem różne wzory





Autoryzowany przedstawiciel i wykonawca
„ARBUD” - tel. 663-388-988

LICENCJONOWANY PRODUCENT KONSTRUKCJI DACHOWYCH I WIĄZARÓW DACHOWYCH

WascoVilla
PRODUCENT DOMÓW DREWNIANYCH

JAKOŚĆ I TERMIN ZA DOBRĄ CENĘ!
Ceny od 50 zł/m kw. pow. dachu



Gwarancja 30 lat
Rozpiętość do 30 m



Domy letniskowe od 30 000 zł
Domy Mieszkalne od 150 000 zł

Wiązary na budynki mieszkalne
Obiekty handlowe i inwentarskie
Hale produkcyjne i magazynowe
Sale gimnastyczne i baseny

Stary Kraków k. Sławna
tel./fax 0-59 810 81 99 tel. 0-604 160 376
www.wascovilla.pl

FBS
Agencja Ubezpieczeniowa
Słupsk, Wojska Polskiego 30, pierwsze piętro, pokój 11

Ubezpieczenia dla każdego



FBS
tel. 609 329 717, 781 702 593

OC dla osób, które nie posiadają zniżek SŁUPSK		OC dla osób, które posiadają 60% zniżek SŁUPSK	
do 900 cm	395	do 900 cm	158
901-1250 cm	513	901-1250 cm	205
1251-1400 cm	642	1251-1400 cm	267
1401-1800 cm	740	1401-1800 cm	293
1801-2000 cm	807	1801-2000 cm	323
2001-2400 cm	860	2001-2400 cm	355
Pow. 2400 cm	860	Pow. 2400 cm	391

Przy obliczeniu przyjęto składkę jednorazową, wiek powyżej 35 lat, poj. do 15 lat

Pamiętamy Cię, Przemku!

Niewielu młodych pamięta tamte wydarzenia. Tylko grupka ludzi co roku składa Przemkowi Czai hołd w miejscu tragedii. O wydarzeniach z 10 stycznia 1998 roku, o śmierci kibica Czarnych Słupsk, śmiertelnie pobitego przez policjanta, wspomina jeden z uczestników tamtych zdarzeń - „Łukasik".



Dzień 10 stycznia był „gorący". W hali Gryfii odbywał się mecz Czarnych Słupsk z AZS Koszalin. Derby Pomorza sprawiły, że na ul. Szczecińskiej pojawiła się grupa kibiców Czarnych i Gryfa, aby „powitać" kibiców Gwardii Koszalin, która nie cieszy się sympatią fanów sportu znad Słupi. Między słupskimi klubami zapanował jednodniowy układ zgody. Niestety, kibice Gwardii się nie pojawili, więc w obawie przed przeważającą ilością Czarnych Gryfici postanowili się wycofać. Jedni poszli do domów, inni na imprezy. Nic nie zapowiadało tragedii. Po kilku godzinach Radio Vigor podało informację, że po meczu, pod halą doszło do awantury i kibic Gryfa zabił kibica Czarnych. Ta wiadomość przeraziła Gryfitów, ponieważ to nie było zgodne z przyjętymi zasadami. Ganianie się między dzielnicami, to dla młodzieży była radość, głupia zabawa, ale morderstwo? Szok, panika, strach ogarnęły wielu. Po jakimś czasie zdementowano tę wiadomość i podano, że Przemek został śmiertelnie pobity przez policjanta. Wtedy sytuacja się zmieniła. Oburzenie kibiców Gryfa było uzasadnione. Nie dość, że chciano nas wrobić w morderstwo, to jeszcze okazało się, że winnym jest policjant, największy wróg kibica. Telefony w mieście się „zagotowały". W niedzielny poranek postanowiliśmy iść na miejsce tragedii. Czarni i Gryfici przywitali się uściskiem dłoni, wyrażającym szacunek wobec siebie, którego często brakowało podczas ulicznych walk. Początkowo była to około 100 osobowa grupa, która rosła z każdą chwilą. Po kilku godzinach zebrało się już 300 osób. Trudno powiedzieć, co człowiek czuł w takiej chwili, ale nie miał pojęcia, że najbliższe godziny przyniosą walkę kibiców i mieszkańców Słupska z policją, a informować o tym będą wszystkie stacje telewizyjne z CNN włącznie. Ludzie przekazywali sobie wiadomości, w tym tę jedną, bulwersującą, która wywołała wybuch niezadowolenia społecznego. Podano, że Przemek poniósł śmierć po zderzeniu się ze słupem trakcji trolejbusowej. Prawda była taka, że D. Woźniak, zabójca Przemka, w imię przestrzegania prawa, zaatakował grupkę chłopców za to, że przechodzili przez ulicę na czerwonym świetle. Ta grubymi nićmi szyta wiadomość to prowokacja wobec kibiców i wszystkich ludzi. Ówczesne władze miasta potraktowały mieszkańców Słupska jak przygłupów, którym można wcisnąć byle jaki kit. Tak postępują tylko ci, którzy nie są z nami, prostymi ludźmi i którzy za nic mają sprawiedliwość społeczną, mataczą w śledztwie. W tej sytuacji ktoś zamówił przez telefon 20 taksówek i po około pół godziny większość zebranych na ul. Szczecińskiej znalazła się pod prokuraturą na ul. Leszczyńskiego. Okrzyki „śmierć za śmierć" nie zakłócały jednak porządku i spokoju. Pod prokuraturą stała „suka". Tłum gęstniał, przybywali zwykli ludzie, wstrząśnięci tym, co się stało. W pewnej chwili na prokuraturę poleciały kamienie, śmietniki i ludzie weszli do środka. Atmosfera gęstniała, napięcie rosło. Pod prokuraturę ściągnięto 20 policjantów w stroju bojowym „żółwia". Doszło do próby sił. Policjanci bali się tłumu, a ten z kolei obawiał się uzbrojonych policjantów. Obu stronom brakowało zdecydowania na atak. Impuls przyszedł nagle. Ktoś rzucił kamieniem, ktoś krzyknął antypolicyjne hasło. Część ludzi uciekła i policja odbiła prokuraturę. Jeden mundurowy został ranny i trafił do szpitala. Z ul. Leszczyńskiego demonstranci ruszyli Al. 3 Maja w stronę komendy na ul. Rejmonta. Ja udałem się w okolice dworca PKS i przegapiłem najlepszą awanturę: starcia i barykady na Wojska Polskiego do 3 rano, zniszczony radiowóz. Mówiono o chuligańskich wybrykach, a tymczasem na W. Polskiego nie ucierpiały szyby sklepowe, nikt nie rozbijał sklepów i niczego nie kradł. Rozbita została tylko szyba w kiosku Ruchu, trafiona przypadkowo.

W poniedziałkowy ranek było spokojnie. Wszyscy udali się do szkoły, do pracy. Wieczorem zaczęły się kolejne walki. Ówczesny prezydent Słupska wraz z urzędnikami w Ratuszu zastanawiał się, jak rozwiązać ten problem, bo w mieście poszła fama, że kibice będą walczyć w centrum przez 13 dni, czyli tyle, ile lat miał Przemek. Policja proponowała armatki, strzelby, helikopter z ultradźwiękami, ale prezydent nie zgadzał się, argumentując to zbyt młodym wiekiem rozrabiających. Wprowadzono tylko prohibicję, nakazano nie opuszczać lekcji. Najbardziej obawiano się kibiców zaprzyjaźnionej gdańskiej Lechii, której fani byli znani ze skutecznych walk z policją. Lechia ich przerażała. Z ulic zniknęły śmietniki i wszystko, co mogłoby się przydać w walce. Wieczór przyniósł nowe fakty. W mieście wyły syreny, jak na amerykańskich filmach gangsterskich. Wszystkie radiowozy zostały uszkodzone, a po mieście zaczęły jeździć PRL-owskie nyski. Do szpitala przez ul. Armii Krajowej szło wielu rannych. Wielu aresztowano. Wtorek po dwóch dniach walki był spokojny, nie licząc drobnych starć na os. Niepodległości. Wszyscy wiedzieli o pogrzebie, zaplanowanym na środę i chcieli się do niego przygotować. Wystarczy, że w niedzielę i poniedziałek na ulicach, w nocy walczyło około 300 osób na zasadzie rotacji. 200 osób to byli kibice, pozostali to ludzie z miasta.

W środę, w dniu pogrzebu, na ulicach panowała wyjątkowa atmosfera. Do Słupska nadciągali kibice z całej Polski, nie bacząc, czy na co dzień są zaprzyjaźnieni, czy nie. W chwilach nieszczęścia złączyli się jak jedna wielka rodzina. Połączył ich ból po śmierci Przemka i nienawiść do policji. Pociągi przywoziły ich coraz więcej. Policja zachowywała się chwilami prowokacyjnie. Jeden z kibiców dostał zaraz po wyjściu z pociągu 200 zł mandatu za nic, więc chwycił za kamień i wybił szybę w radiowozie. Ul. Armii Krajowej płynął tłum ludzi do kościoła, gdzie odbyła się ceremonia pogrzebowa. Kiedyś z kolegą marzyliśmy o tym jakby to było fajnie, gdyby tą ulicą przeszedł marsz kilku tysięcy osób nie przy okazji procesji, ale marsz kibiców! No i spełniło się nasze marzenie, tylko okazja była okropnie smutna i nie sprawiło nam to radości. Pod kościołem pojawiło się około 3000 osób, w tym większości reprezentujących kluby sportowe z całej Polski. Największe wrażenie robili ci z GKS Jastrzębie. Przebyli kawał drogi i za to należy się im ogromny szacunek. Pogrzeb był potężny! Trumnę nieśli na zmianę kibice kilku klubów, na niej spoczywała flaga Czarnych Słupsk. Do grobu wrzucono kilkadziesiąt szalików, a podczas opuszczania trumny wszyscy podnieśli swoje w górę. To przeżycie nie do opisania. Policja bała się o siebie, bo wiedzieli, co zrobili. Bali się o to, co będzie się działo, skoro „pół Polski" przyjechało do Słupska. Postanowili się nie wychylać, zostać w cieniu. Po pogrzebie tłum ruszył do miasta w poszukiwaniu policjantów. Znaleziono ich niewielu na ul. Sienkiewicza. Potem wyruszył ul. Wojska Polskiego do dworca PKP. Kibiców Lechii doprowadzało się do dworca od tyłu, albo wsadzało do pociągu w Jezierzycach, bo front opanowała policja z Gdańska i Szczecina. Ależ paradoks! Kiedyś policjanci ze Słupska jeździli bić demonstrantów do Gdańska, a teraz nie umieli poradzić sobie u siebie i prosili o posiłki.

Po tych wydarzeniach życie w mieście uległo zmianie. O Słupsku mówiono w całej Polsce. Policjanci spokornieli. Po ulicach jeszcze długi czas jeździły poobijane radiowozy. Policja odnosiła się do ludzi z pełną kulturą. Szkoda, że z czasem znowu obrosła w piórka. Do dziś obchodzi się rocznice śmierci Przemka. Zbieramy się po godzinie 18 w miejscu tragedii, przy pomniczku upamiętniającym tamtą niepotrzebną śmierć, która stała się częścią historii naszego miasta. Pamiętamy!

Bożena Bugańska

Początki słupskiej siatkówki

Z Arkadiuszem Szrejberem rozmawia Bożena Bugańska.



- W roku 1950 Arkadiusz Szrejber zaczął grać w siatkówkę. Jak doszło do tego, że wybrał Pan tę dyscyplinę sportu i jakie były początki pańskiej przygody z piłką?

- Pod koniec pierwszego roku handlówki poszedłem na halę popatrzeć jak koledzy grają w siatkę. Ponieważ brakowało im wtedy zawodników, zaproponowano mi, abym do nich dołączył i tak się to zaczęło. W 1951 roku, kiedy byłem już ukształtowanym zawodnikiem. W Słupsku istniał klub sportowy, który prowadził siatkówkę. Była to „Stal" przy Famarolu. Jednak ta dyscyplina sportu opierała się zasadniczo na dwóch szkołach, które rywalizowały między sobą: na handlówce i ogólniaku na Szarych Szeregów. Na tej bazie powstał później ZS „Ogniwo", należący do czołowych drużyn województwa. Braliśmy udział w rozgrywkach o Puchar Ziem Nadbałtyckich i Nadodrzańskich, a we wspomnianym wyżej 1951 roku w rozgrywkach Ogólnopolskich Mistrzostw w siatkówce Zrzeszenia Sportowego „Stal" we Wrocławiu. Jako „Ogniwo" startowaliśmy w Mistrzostwach Polski Juniorów w 1952 roku i zajęliśmy III miejsce. Jest to o tyle warte uwagi, że pojechaliśmy na nie bez trenera, bo go nie mieliśmy. Byliśmy zapaleńcami, którzy sami trenowali i jak widać z dobrymi efektami. Były to lata, gdy zapał do sportu odgrywał większą rolę niż chęć robienia pieniędzy. Klubu nie było stać nawet na dresy, na nic. Pamiętam, że pierwszą piłkę tzw. węgierkę, otrzymaliśmy w 1952 r. Była dla nas tak cenna, że zawsze dwóch ludzi ją pilnowało, aby nie zginęła. Ta przygoda w Słupsku trwała do roku 1954. Wtedy to wraz z Jackiem Kurzelą, Leopoldem Masarzewskim i Zenkiem Cieślakiem wyjechałem na studia do Warszawy i nasza drużyna się rozpadła. Ze starej grupy pozostał Tadeusz Gwiżdż, który rozpoczął pracę jako nauczyciel i zaczął tworzyć siatkówkę bodajże w roku 1954 przy szkole zawodowej na Niedziałkowskiego (w miejscu handlówki, przeniesionej koło poczty). Jak odchodziłem ze Słupska zaczął grać Danek Tomaszewski. Potem przeszedł do Legii Warszawa, był nawet w kadrze Polski. W tych latach każdy młody, zdolny mógł się wybić, grając w Palestrze, a następnie w zespole ligowym.

- Barwy jakich klubów Pan reprezentował?

- Na początku była „Stal", potem „Ogniwo", a podczas studiów w Warszawie: AZS, „Huragan Wołomin" i po powrocie do Słupska na krótko „Czarni". W swojej karierze zaliczyłem dyskwalifikację z powodu gapiostwa, ponieważ grając w „Czarnych", nie miałem zwolnienia z klubu wołomińskiego.

- Ludzie sportu z tamtego okresu, to grupa zapaleńców, chłopaków z fantazją. Proszę przypomnieć wydarzenie, które zapadło w pańskiej pamięci w szczególny sposób.

- Było ich niemało. W latach 50-tych zdarzyło się nam pojechać na dożynki do Krakowa jako LZS Włynkówko. Już wtedy obowiązywała rejestracja zawodnicza, a ja nie mogłem wystąpić pod swoim nazwiskiem i w dodatku być kapitanem tej drużyny, będąc zawodnikiem innego klubu. Przeżyłem nie lada emocje, gdy w ostatniej chwili zapomniałem swojego „nowego" nazwiska. Na szczęście koledzy mi je w porę przypomnieli.

Kiedyś na poligon do Ustki przyjechała jednostka, z którą mieliśmy rozegrać mecz sparingowy. Podszedł do nas kpt. Piątek i zaproponował nam udział w rozgrywkach Śląskiego Okręgu Wojskowego, pod warunkiem, że nie wystąpimy pod swoimi nazwiskami. Pojechało nas trzech: Zenek Cieślak, Tadeusz Gwiżdż i ja. Dano nam książeczki wojskowe trzech aresztantów, pod których mieliśmy się podszyć. Może by ta mistyfikacja była bezbłędna, ale ja miałem za długie włosy jak na mundurowego i to wzbudziło podejrzenia. Odesłano nas z powrotem. T. Gwiżdż i Z. Cieślak udali, że mnie nie znają, a mnie na dworcu zaczepił oficer z przeciwnej jednostki, chcąc dojść prawdy, lecz ja także udałem, że go nie znam, by nie trafić do więzienia.

- Kto oprócz Pana reprezentował słupskie drużyny w tamtym czasie?

- Podstawowymi zawodnikami „Stali" byli: Marian Skomoroko, Staszek Ferenc, Tadeusz Gwiżdż. W drużynie „Ogniwo" grał Tadeusz Koński. Inni siatkarze z tamtych lat to Czesław i Romuald Paszkiewiczowie, Andrzej Kijowski, Leon Kozłowski, Ryszard Karol. Pamiętam też świetnego Mariana Filę i Krzysztofa Perenca.

- Po zakończeniu kariery sportowej odnosił Pan sukcesy w pracy zawodowej, ale ze sportem tak naprawdę nigdy nie nastąpił rozbrat. Świadczą o tym nagrody za zasługi w dziedzinie rozwoju kultury fizycznej i sportu, czy też masowego ruchu sportowego w Słupsku. Dziękuję za rozmowę.

Radosna koszykówka

Z K. Cieślakiem rozmawia Bożena Bugańska.



- Jak doszło do zawiązania klubu SSK Kobylnica?

- To była sympatyczna i potrzebna skądinąd inicjatywa Piotra Świdzińskiego, który zauważył, że wielu młodych ludzi nie ma możliwości grania w koszykówkę. Powstanie Stowarzyszenia Sympatyków Koszykówki wiąże się z tym, że zespół „Luksusowi" wygrał ligę amatorską. Słupsk jest miastem, gdzie wiele osiągnęło szkoleniowo w tej dyscyplinie sportu, gdzie Czarni zdobyli tytuły Mistrzów Polski w kategoriach rocznikowych, a potem przestali być widoczni. SSK stara się wypełnić tę lukę, dać możliwość organizacyjną gry i kontynuowania przygody z koszykówką.

- Jak wygląda organizacja klubu?

- Jest to początek organizacyjny i niewiele jako trener mogę powiedzieć. Struktura powołania opiera się na stowarzyszeniu, powołanym przez Piotra Świdzińskiego, który jest jego organizatorem i prekursorem powstania klubu. I chwała mu za to.

- Czy to oznacza, że kolejna grupa sportowców „wyemigrowała" ze Słupska?

Każdy klub potrzebuje obiektu sportowego na którym może trenować i grać. To, że znaleźliśmy się w Kobylnicy nie ma żadnych podtekstów. Po prostu od wójta Kulińskiego otrzymaliśmy salę za najniższą cenę wynajmu i to jest powód - czysta ekonomia. Stowarzyszenie nie ma za wiele pieniędzy i musi się z nimi liczyć.

- Jakie cele wyznacza sobie klub na przyszłość?

- Myślę, że klub powstał w celu stworzenia młodzieży warunków do trenowania i grania. Spotkało się kilkunastu młodych ludzi z Kobylnicy, Słupska i Ustki. Jest za wcześnie, by mówić o ambicjach na wielkie sukcesy. Są oni mieszanką doświadczonych zawodników, takich jak Krzysztof Marchewka, który ma 32 lata i piękną, bogatą karierę sportową oraz chłopców w wieku od 16 do 19 lat, którzy chcą grać w kosza, a nie mieli gdzie. Istnieje w Słupsku amatorska liga koszykówki, a my jesteśmy dodatkową ofertą. Jeśli chodzi o ambicje sportowe, to one mogą się pojawić, ale nie muszą. Dla nas jest to piękna idea i przyjemność pracy u podstaw, amatorskiej gry, gdy nie jest się skrępowanym wynikami albo pieniędzmi. Nie napinamy się na wejście do II ligi, ponieważ na to potrzeba wielkich pieniędzy i ogromnego wysiłku organizacyjnego. Jeśli pojawi się możliwość gry w barażach, to podejmiemy wyzwanie, ale musimy być realistami.

- Ilu zawodników trenuje w klubie?

Szkoleniem jest objętych 18 zawodników. Trenujemy 2 x w tygodniu, a w soboty odbywamy trening rzutowy.

- Gracie w pięknej hali, są zawodnicy, jest trener. A czego brakuje?

Pracowałem jako trener klubowy z seniorami oraz w szkoleniu podstawowym, i z tej perspektywy uważam, że mamy wszystko, co niezbędne: sprzęt, stroje, piłki. Nie mamy też problemów finansowych, jesteśmy ze swoimi funduszami samowystarczalni. Mogę jedynie podpowiedzieć, że Kobylnica jest tworem, który może w przyszłości eksplodować. To klub III ligowy i jeśli pojawi się sponsor, który nie będzie wiedział, co zrobić z pieniędzmi, może zapragnąć zbudować zespół sportowy na wyższym poziomie, bo takie mamy czasy. My jesteśmy na etapie amatorskiego ruchu sportowego, który wyzwala pewne ambicje i zapełnia lukę na rynku ofert dla młodzieży. Działa klub zawodowy „Czarnych", jest klub STK, prowadzony przez Roberta Jakubiaka, który z młodzieżą zdobywa tytuły mistrzów Polski w kategorii młodzieżowej, ale w Słupsku jakby brakuje miejsca do zagospodarowania w II i III lidze. Gdy kończy się wiek juniora, zawodników czeka pustka, ponieważ rzadko kto łapie się w koszykówce zawodowej. My tę lukę próbujemy wypełnić, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom sporej grupy Słupszczan uprawiającej dla przyjemności tę dyscyplinę sportu.

- Dziękuję za rozmowę, życzę sukcesów.



HOROSKOP

Baran

Zaczynacie sobie uświadamiać, jak wiele pracy Was czeka. Najpoważniejszym testem będą jednak relacje w związku i w kontaktach uczuciowych. Powrót do twardej rzeczywistości nie będzie przyjemny i łatwy, ale jeśli weźmiecie się do roboty, szybko staniecie na nogi i zapanujecie nad problemami.

Byk

Styczeń przyniesie Ci nawał pracy, nowe wyzwania, obowiązki, trudne, męczące i wyczerpujące zadania, które pozbawią złudzeń co do tego, że Twoje problemy same się rozwiążą i załatwią. Musisz się liczyć z tym, że z byle powodu dochodzić będzie do nieprzyjemnych konfliktów, które staną się testem dla związku.

Bliźnięta

W styczniu będziesz się mocno zastanawiać nad obraniem właściwej taktyki, nad szukaniem najlepszych pomysłów i rozwiązań. Uważaj jedynie, by nie ryzykować zbyt wiele na polu finansowym, gdyż po potężnych stratach z poprzednich dwóch lat musisz wreszcie zacząć myśleć o swojej sytuacji materialnej rozsądnie i racjonalnie.

Rak

Pora najwyższa spojrzeć prawdzie w oczy, skonfrontować się z rzeczywistością i realiami, przestać żyć złudzeniami i naiwnymi wyobrażeniami. Styczeń to także czas ważnych rozliczeń partnerskich i uczuciowych. Wnioski jakie przyjdzie Wam poczynić, nie zawsze będą optymistyczne.

Lew

Styczeń przyniesie Ci imponujące przyspieszenie, duży ruch, intensywne tempo, nowe, ambitne, ciekawe wyzwania, cele i plany. Nie ma mowy o poddawaniu się przed czasem, o rezygnacji ze swoich praw i przywilejów. Twardo i konsekwentnie będziesz zmierzać do finiszu, cały czas mając przed oczami oczekiwany rezultat i wynik.

Panna

Twoje kurczowe trzymanie się procedur, schematów i znanych ścieżek sprawia, że wprawdzie nie popełniasz jakichś rażących błędów, to jednak zarazem unikasz szansy na dokonanie prawdziwie wielkich przełomów, dzięki którym pojawiłaby się nowa jakość i nowe możliwości. Przed Wami czas dużych i poważnych zwrotów losu.

Waga

Niemal od razu, gdy będziecie wracać do rzeczywistości po sylwestrowych szaleństwach, trzeba będzie spojrzeć prawdzie w oczy, poważnie zastanowić się nad wyjściem z patowej sytuacji, w której wielu z nas znalazło się pod koniec minionego roku. Trud i zmagania czekają Was zwłaszcza na polu zawodowym, w interesach i nauce.

Skorpion

To czas ostrej konfrontacji z licznymi problemami i kłopotami, których nie udało się Wam rozwiązać w starym roku. Musicie się liczyć z tym, że w pracy, w codziennych relacjach z otoczeniem, w kontaktach z bliskimi i rodziną wyjdą na światło dzienne starannie skrywane troski i zmartwienia.

Strzelec

Na nudę i stagnację w styczniu narzekać na pewno nie będziecie. Przed Wami niezwykle aktywny i dynamiczny czas, choć chwilami nieco nerwowy i emocjonalny. Musicie się przygotować na liczne niespodzianki, zmiany i zaskakujące zwroty sytuacji. Lepiej uważajcie ze inwestycjami, gdyż wzięcie na siebie zbyt dużej odpowiedzialności może przynieść konieczność rezygnacji z wielu przyjemności.

Koziorożec

Być może warto wreszcie podjąć konkretną, męską decyzję i coś ze swoim życiem zrobić po to, by nie toczyć bojów z rzeczywistością i ekonomicznymi realiami. Jednak nie tylko w pracy i w interesach przyjdzie się Wam zderzyć z problemami. Nie mniej dylematów i wątpliwości czeka Was na polu miłosnym, uczuciowym i partnerskim.

Wodnik

Styczeń dla wielu z Was może okazać się tym momentem roku, w którym ujawnią się liczne problemy i przeciwności, którym trzeba będzie stawić czoła. Musicie się liczyć ze sporymi zawirowaniami w pracy, w interesach, w codziennych relacjach i kontaktach z ludźmi.

Ryby

Wyjątkowo optymistycznie zapowiada się dla Was początek nowego roku. Zwłaszcza, że macie za sobą bardzo trudne chwile, a ostatnie dwa lata mocno dały Wam w kość. Zdecydowanie poprawi się Wasza sytuacja finansowa, stan posiadania, materialne i ekonomiczne warunki. Dodatkowo możecie liczyć na znakomite sukcesy w szkole.

HUMOR

W barze poznali się chłopak i dziewczyna. Miło sobie rozmawiają, od słowa do słowa - chłopak zaproponował jej, żeby poszli do niego do domu. Poszli, siedzą, pija, słuchają muzyki, no i chłopak proponuje mały seans w łóżku. Dziewczyna mu na to odpowiada:
- Wiesz, może jestem dziwna i niedzisiejsza, ale mam taka zasadę i nie chce jej złamać. Mianowicie chce zostać dziewica, póki nie spotkam mężczyzny, którego naprawdę pokocham. Ale musze się najpierw przekonać, że naprawdę go kocham i jestem dla niego stworzona. Chłopak trochę się rozczarował, ale nic, zachowuje twarz i mówi:

Rys. Zbyszek Niewęgłowski



- No tak, oczywiście, bardzo piękna postawa. Ale w dzisiejszych czasach chyba musi ci z nią być bardzo trudno?
Dziewczyna odpowiada:
- Nie, mi to nawet aż tak bardzo nie przeszkadza. Ale mój mąż, ten to dopiero jest rozczarowany!

***

Pewien prestidigitator pracował na statku wycieczkowym na Karaibach. Widownia się zmieniała, więc iluzjonista tydzień po tygodniu pokazywał te same sztuczki. Jedynym problemem była papuga kapitana, która oglądała te numery tak długo, że powoli zaczynała rozumieć, na czym polegają. Raz zaczęła wołać w czasie pokazu: „Patrzcie! To nie ten sam kapelusz!", „Patrzcie! Chowa kwiaty pod stół!". Magik był wściekły, ale nie mógł nic zrobić, bo jednak była to papuga kapitana. Pewnej nocy statek zderzył się z innym i zatonął. Magik ocknął się sam, dryfujący na kawałku drewna, na którym siedziała również papuga. Oboje się nienawidzili, więc nie odzywali się do siebie słowem. I tak mijał dzień za dniem... Po tygodniu papuga wreszcie mówi:
- Ok! Poddaję się! Gdzie jest statek?!

***

Szkolenie grupowe policjantów. Oficer szkoleniowy zadaje końcowe pytania:
- No to kto mi powie, jakiego koloru jest niebieski mundur policyjny?
Zgłosił się las rąk i padają odpowiedzi:
- Czarny!, Czerwony!, Biały!
Zdenerwowany lekko oficer zauważył nieśmiało wysuniętą rękę i mówi:
- No proszę może ty, tak ty tam z tyłu...
Nieśmiały policjant cichutko odpowiada:
- Niebieski.
- Wspaniale! Czyżby geniusz! - krzyczy oficer. - A teraz następne pytanie:
- Jakiego koloru jest niebieski samochód policyjny?
I znów las rąk i odpowiedzi:
- Czerwony!, Biały!, Zielony!
Oficer zdenerwowany mówi:
- No to może nasz geniusz?
Ten sam nieśmiały policjant cichutko odpowiada:
- Niebieski.
- No wspaniale! Cudownie! - krzyczy szczęśliwy oficer. - No to czas na ostatnie pytanie:
- Ilu cylindrowy jest czterocylindrowy samochód policyjny?
I znów las rąk i odpowiedzi:
- Pięcio!, Dwu!, Ośmio!
Naprawdę zdenerwowany oficer z nadzieja patrzy na nieśmiałego, ale przecież genialnego policjanta i prosi go o podanie odpowiedzi. Nieśmiały policjant staje i cichutko odpowiada:
- Niebieski.

***

Na granicy amerykańsko-meksykańskiej strażnicy zatrzymują skośnookiego uciekiniera.
- Dlaczego uciekasz do Ameryki?
- Bo ja bardzo kocham Koreańską Republikę Ludową!
- Co to za gadka? Przecież złapaliśmy cię na granicy z USA, a nie z Koreą!
- Bo miłość do Koreańskiej Republiki Ludowej nie zna granic!

***

Sytuacja jest następująca: jedzie sobie karawan, w karawanie trumna, w trumnie trup, a karawanem kieruje bardzo pijany kierowca. Jest noc, pada deszcz, nic nie widać. Kierowca jedzie dość brawurowo, dawno już przekroczył dozwoloną prędkość, za ostro wszedł w zakręt, bagażnik się otworzył, wieczko od trumny się uchyliło i trup wypadł na jezdnię. Po pewnym czasie, tą samą trasą jedzie starsze małżeństwo, nagle kierowca czuje, że na coś najechał. Starsza pani wpada w panikę, krzycząc:
- Jezus Maria! Człowieka przejechałeś! Co my teraz zrobimy!?
Wysiedli z samochodu, zobaczyli, że obok jest mur, więc przerzucili tego trupa ze mur. Za murem była jednostka wojskowa. Wartownik krzyczy:
- Stój, bo strzelam!
I puszcza serię z karabinu. Podchodzi do muru, widzi trupa, wpada w rozpacz:
- Co ja zrobiłem!? Zabiłem człowieka!
Ale żeby się pozbyć kłopotu wyrzuca trupa za mur. Jedzie na rowerze pijany facet i oczywiście przejeżdża po tym trupie. Zszokowany schodzi z roweru:
- Co ja zrobiłem, człowieka przejechałem! Wezmę go do szpitala, może go jeszcze uratują!
Przerzucił zwłoki przez ramę, zawiózł do miejscowego przychodni. Tam trafiły na salę operacyjną; mija jedna godzina operacji, druga, trzecia, czwarta, wreszcie wychodzi z sali zalany w trupa chirurg, cały we krwi. Zdenerwowany rowerzysta podniósł się z krzesła:
- I co, i co?!
- Ma pan szczęście, że pan na mnie trafił! Będzie żył!

Rys. Zbyszek Niewęgłowski




SZKOŁA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO
SMS
» OGÓLNOKSZTAŁCĄCE LICEUM MISTRZOSTWA SPORTOWEGO
» GIMNAZJUM MISTRZOSTWA SPORTOWEGO
ZESPÓŁ SZKÓŁ INFORMATYCZNYCH
ZSI
» TECHNIKUM INFORMATYCZNE
» LICEUM PLASTYCZNE
» TECHNIKUM WETERYNARII
» LICEUM POLICYJNE
Zespół Szkół Informatycznych
ul. Koszalińska 9 • 76-200 Słupsk
www.zsi.slupsk.pl • sekretariat@zsi.slupsk.pl
tel. 598456070