



Prezentujemy liderów naszego plebiscytu Str. 14-15

MISTRZOWIE URODY

3,10
ZŁ
W TYM
8% VAT

Nr 2353-6160

Nr indeksu 350-028



Krzyżówka, horoskop,
z życia gwiazd STR. 17

Dziennik Bałtycki

75 lat

Środa 29 lipca 2020

Dziś STRONA ZDROWIA

● Czym jest mleko modyfikowane. Jaki jest jego skład i dostępne rodzaje

Str. 11-13



FOT. 123RF

Kultura



Nagrodzono ludzi teatru

Przyznano Nagrody Teatralne Miasta Gdańska oraz Marszałka Województwa Pomorskiego

STRONA 16



Podwójne zabójstwo w Nowym Stawie. Nie żyją dwie kobiety. Podejrzany miał ponad 5 promili alkoholu STRONA 2

Mija rok od przyjęcia kontrowersyjnej specustawy

Ruszyła procedura przejmowania Westerplatte od Gdańska

Karol Uliczny

Karol.Uliczny@polskapress.pl



Gdańsk

Rozpoczęła się procedura przejmowania od Gdańska terenów położonych na półwyspie Westerplatte, gdzie zgodnie z zapowiedziami posłów Zjednoczonej Prawicy, powstanie nowa placówka muzealna. Rok po przyjęciu kontrowersyjnej specustawy wywłaszczeniowej Muzeum II Wojny Światowej zawnioskowało o wydzielanie 9-ha działki, na której planuje budowę jedynie skromnego, 1,5-metrowego postumentu.

Mija rok od przyjęcia kontrowersyjnej specustawy, która umożliwia odebranie gdańskiemu samorządowi terenów historycznego pola bitwy na Westerplatte. Muzeum II Wojny Światowej wyznaczyło pierwszy teren, który wkrótce przejdzie pod zarządek Skarbu Państwa. Mimo zapowiedzi polityków PiS rychłego nadrobienia zaległości w upamiętnieniu tragicznych wydarzeń z 1939 r., do dziś udało się wyznaczyć zaledwie jedną działkę, na której stanąć ma niewielki postument oraz organizowane będą wystawy plenerowe.

- Pole bitwy na Westerplatte, objęte wpisem do rejestru zabytków, zostało uznane za Pomnik Historii rozporządzeniem prezydenta RP z 22 sierpnia 2003



Do dzisiaj udało się wyznaczyć zaledwie jedną działkę na Westerplatte, na której stanąć ma niewielki postument

r., co podkreśla rangę, jak i najwyższą wartość tego zabytku. Niestety, nie wszyscy odwiedzający Westerplatte zdają sobie z tego sprawę, dlatego muzeum zaproponowało postument wraz z tablicą zawierającą informację o szczególnym wymiarze miejsca, na którym się znajdujemy - mówi dr Karol Nawrocki, dyrektor Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku.

Nawet jeśli wojewoda zgodzi się na realizację inwestycji, Muzeum II Wojny Światowej nie uda się przejąć terenu przed 1 września. Prawdopodobnie miasto skorzysta z możliwości odwołania i będzie chciało zorganizować tegoroczne uroczystości rocznicowe.

© P

STRONA 3

FOT. KAROLINA MISZTAŁ

DYŻURNY „DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO”

facebook.pl/dziennikbaaltycki.pl
e-mail:
r.mrowicki@prasa.gda.pl
Na co dzień pracuję
w dziale wydarzeń
„Dziennika Bałtyckiego”.

Dziś jestem dyżurnym reporterem i czekam na Państwa telefony i maile.

Rafał Mrowicki
514 800 977



Pogoda na Pomorzu

Dzisiaj

+20°C
+13°C



Barometr
1009 hPa
Wiatr
płn.-zach. 22 km/h
Uwaga **Przejściowe zachmurzenia**

Jutro

+18°C
+14°C



Barometr
1010 hPa
Wiatr
zach. 28 km/h
Uwaga **Przelotne opady**

Podwójne zabójstwo z użyciem noża

Nowy Staw

Radosław Konczyński
radoslaw.konczynski@polskapress.pl

W jednym z mieszkań w Nowym Stawie doszło do zabójstwa. Mężczyzna rzucił się najprawdopodobniej z nożem na dwie kobiety. Obie nie żyją. W tle tragedii jest alkohol. Domniemany sprawca był tak pijany, że wymagał hospitalizacji.

Tragedia rozegrała się przy, wydawałoby się, cichej ulicy w pobliżu zabytkowych rynków w Nowym Stawie. - W poniedziałek w godzinach wieczornych policjanci zatrzymali 51-letniego mężczyznę podejrzanego o zabójstwo dwóch kobiet. Wszelkie czynności na miejscu zdarzenia prowadzili pod nadzorem prokuratora. Rozpytali mieszkańców, zebrali ślady i zabezpieczyli potencjalne narzędzie przestępstwa. Ciała kobiet zostały przewiezione do sekcjum - potwierdziła asp. Sylwia Kowalewska z KPP w Malborku.

Jak usłyszeliśmy w malborskiej prokuraturze, do zabójstwa doszło około godz. 22. Na tę chwilę motyw nie jest znany, poza tym, że w mieszkaniu doszło do awantury zakończonej tak tragicznie. Z dotychczasowych ustaleń wynika, że mężczyzna najprawdopodobniej sięgnął po nóż kuchenny i zaatakował nim swoją partnerkę i swoją. - Cała trójka mieszkała razem: sprawca, jego konkubina i jego siostra. Ustalamy, co zaszło w tym mieszkaniu. Dwie kobiety nie żyją, a pan został przewie-

ziony do szpitala z uwagi na stan wywołany upojeniem alkoholowym; miał ponad 5 promili alkoholu w organizmie. Formalnie nie został zatrzymany. Przebywa w szpitalu, gdzie jest odtruwany. - wyjaśnia prokurator Grażyna Wawryniuk, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Gdańsku.

Jak się dowiedzieliśmy, po zadaniu śmiertelnych ciosów 51-latek miał wyjść do pobliskiego sklepu po butelkę wódki. O tym, że zabił, miał powiedzieć sprzedawczyni, która powiadomiła policję. On natomiast w międzyczasie po wyjściu ze sklepu wypił alkohol i zasnął. Policjanci wezwali do niego pogotowie ratunkowe, a sami pojechali pod wskazany adres, gdzie ich oczom ukazał się makabryczny widok.

Zamordowane kobiety - partnerka i siostra - miały 50 i 44 lata. Nieoficjalnie ustaliliśmy, że mężczyzna przyjechał niedawno z siostrą do mieszkanki Nowego Stawu.

- Zналиśmy tylko tę panią, współpracowaliśmy z nią, była pod naszą opieką. Natomiast pan jest nam zupełnie nieznany. Nasz pracownik socjalny ostatni raz był u mieszkanki Nowego Stawu w czerwcu, wtedy jeszcze nie było tego mężczyzny. Dlatego trudno nam cokolwiek powiedzieć na jego temat. Sprawa tej tragedii jest też zbyt świeża - mówi Wioletta Pielak, dyrektor MOPS Stawie.

Dopiero gdy zostanie wydana formalna decyzja o zatrzymaniu 51-latka, śledczy będą mieli 48 godzin na przedstawienie mu zarzutów podwójnego zabójstwa. ©

Pomorze przygotowuje się na drugi rzut epidemii Covid-19

Rozmowa

W Polsce, także na Pomorzu, znów rośnie liczba nowych przypadków koronawirusa. Przy Ministerstwie Zdrowia powołano zespół, który ma się zająć stworzeniem strategii walki z drugą falą epidemii COVID-19. Sytuacja jest bardzo poważna. Rozmawiamy z dr Jerzym Karpińskim, pomorskim lekarzem wojewódzkim

Przy Ministerstwie Zdrowia powołano zespół, który ma się zająć stworzeniem strategii walki z drugą falą epidemii COVID-19. Czy ma to związek z ostatnim wzrostem liczby zachorowań w Polsce i lekceważeniem zasad bezpieczeństwa?

Z tego, co obserwuję, większość społeczeństwa w sklepach i pomieszczeniach zamkniętych stosuje się do nakazu noszenia maseczek i utrzymywania dystansu. Niestety, nie dotyczy to wszystkich. Bardzo często zdarza się, że osoby młodsze zapominają o tych zasadach i o tym, że choć dla siebie wzajemnie mogą nie stwarzać zagrożenia, to już dla starszych ludzi - tak. Wracając do tematu tworzenia strategii walki ze spodziewaną kolejną falą wzrostu zakażeń - na początku tygodnia także w Gdańsku odbyło się pierwsze z serii spotkań przedstawicieli sanepidu, Wydziału Bezpieczeństwa Kryzysowego, rozmawiałem również z pomorskim NFZ, by opracować taktykę działań dotyczącą zabezpieczenia województwa na koniec wakacji, a także na wrzesień i październik, gdy rozpocznie się okres



FOT. MATEUSZ DIETRICH

dr Jerzy Karpiński, pomorski lekarz wojewódzki

Zachęcam wszystkich, zwłaszcza osoby starsze i cierpiące na dodatkowe schorzenia, by od września zaczęły szczepić się przeciw grypie

grypowy. Istnieje obawa, że wówczas zachorowania na grype i Sars-CoV-2 mogą się na siebie nakładać.

Jeszcze niedawno kolejne kraje, w tym Polska, zaczęły znosić restrykcje. Przedwczesny optymizm?

Sytuacja jest bardzo poważna. Już teraz widzimy, że w Hiszpanii, gdzie wydawało się, że epidemia jest już pod kontrolą, w ostatnim tygodniu zanotowano 12 tys. nowych przypadków Covid-19. Pandemia nie zwalnia, a wzrost zachorowań ma charakter skokowy.

Może to czas, by znów wycofać zezwolenia na organizowanie większych weseł lub imprez typu Big Boat Party, po któ-

rej zachorowało już kilkadziesiąt osób?

Imprezy rodzinne, w tym nawet wesela, moim zdaniem mogą być nadal organizowane przy zachowaniu zasad ostrożności - w tym trzymania dystansu. Osoby, które mają temperaturę nie powinny w nich uczestniczyć i kontaktować się z innymi ludźmi. Za to na kataranie, jak nieoficjalnie słyszałem, zaniechano stosowania się do procedur, nie podano pełnej prawdy o uczestnikach, nie spisano ich listy i adresów. Stąd taki potężny kłopot.

Na czym będą polegać przygotowania do sezonu jesiennego?

Trzeba będzie przygotować miejsca do kwarantanny, zwiększyć liczbę łóżek w izolatorium. Przed dwoma tygodniami wygasły decyzje wojewody, delegujące lekarzy anesteziologów i pielęgniarki do obsługi respiratorów. W tej chwili pan wojewoda wydał te decyzje na nowo. Należy również przygotować na nowo szpitale. Szpital zakaźny ma wprawdzie OIOM, ale nie ma możliwości zabiegowych i specjalistycznych.

Czy na Pomorzu są w tej chwili pacjenci podłączeni do respiratorów?

Na szczęście nie mamy takich pacjentów. Jedną osobę, żołnierza GROM, który był w ciężkim stanie, służby zabrały do Warszawy. Wsparcia udzielały nam wcześniej szpitale specjalistyczne w Grudziądzu i w Bydgoszczy.

Na Pomorzu zostały już zlikwidowane szpitale

jednoimiennie dla chorych na Covid-19. Czy znów wróć?

Zapewne tak, ale w innej strukturze. Ministerstwo Zdrowia ogłosi, jak to ma funkcjonować. Na razie dyskutujemy na ten temat. Niewykluczone, że aby taki szpital jednoimienny, dysponujący specjalistycznymi oddziałami został w pełni wykorzystany, powinien obsługiwać nie jedno, a dwa, trzy lub pięć województw?

Trzeba będzie dowozić pacjentów?

Mamy transport sanitarny, lotniczy, co pozwoli na błyskawiczne przetransportowanie chorych. Są to jednak na razie wstępne założenia, które wymagają ostatecznych decyzji resortu zdrowia.

Co jeszcze należy zrobić, by przygotować się do wzrostu zachorowań?

Zachęcam wszystkich, zwłaszcza osoby starsze i cierpiące na dodatkowe schorzenia, by od września zaczęły szczepić się przeciw grypie. Szczepionka przeciw zwykłej grypie wzmacnia naszą odporność, organizm lepiej sobie radzi z innymi typami wirusów. W razie wątpliwości można skonsultować się z lekarzem. Nie powinniśmy też lekceważyć koronawirusa. Aby zmniejszyć ryzyko należy stosować trzy podstawowe zasady: dystans, maseczka w miejscach publicznych i dezynfekcja dłoni. ©

Rozmawiał Dorota Abramowicz
dorota.abramowicz@polskapress.pl

Czytaj także na str. 5

PEREŁKA KASZUB

Chmielno
Na 800-lecie gmina nagrała film

O tym, że do Chmielna - Perełki Kaszub, lubią przyjeżdżać turyści, wiadomo chyba od zawsze. Urok małej miejscowości, plaże, jeziora, przyciągają jak magnes. W tym roku Chmielno obchodzi 800-lecie. Z tej okazji nakręcono specjalny film promujący miejscowość. Możemy w nim zobaczyć Chmielno jako sielską osadę z bogatą historią. Widać na nim to, z czego miejscowość słynie. Poza pięknym jeziorem, pływającymi żagłóvkami, zagłębiamy też do Pracowni - Muzeum Ceramiki Neclów, możemy pojeździć trasami rowerowymi, spróbować swoich sił w skateparku.

Jak po roku wygląda realizacja hucznie zapowiadanej placówki?

Karol Uliczny
Karol.Uliczny@polskapress.pl



Gdańsk

Muzeum II Wojny Światowej złożyło do wojewody pierwszy wniosek o wydanie zezwolenia na realizację budowy muzeum upamiętniającego bohaterską obronę Westerplatte. Na razie plany inwestycyjne nie oszalały rozmachem. Na 9-ha terenie obejmującym najważniejszą część półwyspu zaplanowano wystawy plenerowe oraz 2-metrowy postument przypominający o wpisaniu pola bitwy na listę Pomników Historii.

1 września 2019 r., dokładnie miesiąc po podpisaniu przez prezydenta RP specustawy w sprawie przejęcia od Gdańska terenów Westerplatte, na terenie elektrowni funkcjonującej niegdyś na półwyspie wmurowano kamień węgielny pod przyszłe Muzeum Westerplatte i Wojny 1939 r. - Udaje nam się przełamać pewną niemoc - mówił podczas uroczystości wicepremier Piotr Gliński. - Przez ostatnie 30 lat nie powstawały instytucje, po to by polska wspólnota narodowa była właścicielem swojej pamięci, by kolejne pokolenia w sposób cywilizowany uczyły się o polskiej historii.

Jak, w rok po symbolicznej inauguracji, wygląda realizacja hucznie zapowiadanej placówki? Przypomnijmy, że specustawa dała dyrekcji Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku prawo wytyczenia miejskich działek, na których mają stanąć obiekty i instalacje upamiętniające bohaterską obronę półwyspu, a ostateczną

decyzja w sprawie terenu będzie leżeć po stronie wojewody. Optimistyczny wariant, wskazany przez ówczesnego rzeczownika muzeum, zakładał wytyczenie działek i złożenie wniosków wraz z projektami budowlanymi w 2020-21 r.

Przy okazji niedawnego sporu o to, kto będzie mieć prawo organizacji 81. rocznicy wybuchu II wojny światowej, dyrektor MIIWS wydał oświadczenie, w którym opisał postęp prowadzonych prac. Złożony wniosek o zezwolenie na realizację inwestycji dotyczy obszarnego, niespełna 9-hektarowego terenu w południowej części półwyspu, obejmującego zarówno Pomnik Obrońców Wybrzeża, jak i ruiny po Nowych Koszarach i wili podoficerskiej, jednak nie ma w nim mowy

Jesteśmy zdeterminowani i zgodnie z planem już w 2023 roku część terenu Westerplatte zostanie zrewaloryzowana

Karol Nawrocki

oplanach budowy jakichkolwiek placówek muzealnych czy odbudowie zniszczonych obiektów, a taki wymóg, stawia przed MIIWS przyjęta specustawa. Obejmuje za to organizację wystaw czasowych i plenerowych działań edukacyjnych.

- Wniosek złożony 10 lipca 2020 r. obejmuje (...) oczyszczenie powierzchni z materiałów niebezpiecznych i wybuchowych pochodzenia wojskowego, wykonanie badań geofizycznych całego obszaru (...), badania archeologiczne, badania geolo-



Nawet jeśli wojewoda zgodzi się na realizację inwestycji, Muzeum II Wojny Światowej nie uda się przejąć terenu przed 1 września

giczne, budowę postumentu z tablicą informacyjną wraz z oświetleniem i utwardzeniem terenu wokół obiektu - informuje dyrektor Karol Nawrocki. - Opisane wyżej kompleksowe rozpoznanie inżynierskie wraz z działaniami towarzyszącymi (...) stanowią pierwszy etap procesu inwestycyjnego będącego celem publicznym, jakim jest budowa Muzeum Westerplatte i Wojny 1939 - Oddziału Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku. Postument z tablicą informacyjną ma przypominać

o wpisaniu pola bitwy na listę Pomników Historii. Zdziwienia proponowanym zakresem prac nie kryje prezydent Gdańska, która stanowczo protestowała przed wywłaszczeniem miasta z Westerplatte.

- Gdy w ub. roku, w ekspresowym tempie toczyła się dyskusja nad specustawą, słyszeliśmy od rządzących, że w porozumieniu z mieszkańcami i kombatan-tami ma tam powstać Muzeum Westerplatte z prawdziwego zdarzenia - mówi Aleksandra Dulkiewicz. - Dziś wiemy tylko

tylko, że na mocy przyjętych przepisów muzeum wystąpiło o postawienie 1,5-metrowego postumentu, który zajmie ok. 20 m kw. Czy do takiej inwestycji potrzeba było angażować Ministerstwo Obrony Narodowej oraz Sejm?

Zapowiadany przed rokiem przez wiceministra kultury Jarosława Sellina termin oddania inwestycji w 2023 r. jest mało prawdopodobny. Przebywający na urlopie wiceszef resortu kultury nie chciał komentować postępu prac przy nowym muzeum. W tej sprawie odsyła do Karola

Nawrockiego. Dyrektor mówi z kolei o trudnych procedurach przeciągających się w związku z pandemią Covid-19.

- Proces inwestycyjny, zwłaszcza na terenach objętych ochroną konserwatorską, tak jak jest to w wypadku Westerplatte, jest działaniem niezwykle złożonym i długotrwałym, wymagającym przemyślanego planowania. Zresztą etapowość naszej inwestycji wynika wprost ze specustawy dot. Westerplatte. Stąd też korzystamy z rozwiązań legislacyjnych dających nam możliwość pisania odrębnych wniosków dla poszczególnych części inwestycji - mówi dyrektor Nawrocki. - Proszę również pamiętać, że przystępujemy do inwestycji, która na swój czas czekała od co najmniej 30 lat. Nikt nie potrafił znaleźć dla Westerplatte odpowiednich rozwiązań formalno-prawnych, a co dopiero inwestycyjnych. Nasza instytucja znalazła rozwiązanie, a w samym procesie inwestycyjnym jesteśmy natomiast od załedwie jednego roku. To proporcje, o których trzeba pamiętać. W ciągu tych niespełna 12 miesięcy miała dodatkowo miejsce epidemia Covid-19, która zwołała szereg procesów, nie tylko na Pomorzu. Niemniej jesteśmy zdeterminowani i zgodnie z planem już w 2023 roku część terenu Westerplatte zostanie zrewaloryzowana.

Dyrektor tłumaczy, że 9-ha teren jest niezbędny muzeum ze względów komunikacyjnych. Docelowa inwestycja ma skumulować się na tzw. prawym skrzydle, szczególnie przy budynku byłej elektrowni. Plany co do ekspozycji mają być - według zapewnienia dyrektora - na zaawansowanym etapie. Na razie nie wiadomo, kiedy je poznamy. ©

Dziewczynka wychowywana przez dwie kobiety otrzymała dowód i PESEL

Gdańsk

Rafał Mrowicki
Rafal.Mrowicki@poslapress.pl

Urząd Miejski w Gdańsku wydał dowód osobisty Azarze urodzonej w ub.r. w Hiszpanii dziewczynce, która jest wychowywana przez dwie kobiety. Obie wzięły ślub w Hiszpanii, gdzie jest to dozwolone.

Azara urodziła się na Majorce. Jest wychowywana tam przez Joannę i Alenę - dwie Polki, które wzięły w Hiszpanii ślub (tamtejsze prawo na to pozwala)

i tam mieszkają. Jedna z nich urodziła córkę. Ojciec dziewczynki jest nieznan - nasienie pochodziło z banku spermy. Obie kobiety widnieją w hiszpańskim akcie urodzenia dziecka jako rodzice.

Bezskutecznie próbowały uzyskać dla dziewczynki numer PESEL w Urzędzie Stanu Cywilnego we Wrocławiu. Tłumaczono to niemożnością transkrypcji aktu urodzenia, ponieważ występują w nim dwie osoby tej samej płci wpisane jako matka A i matka B. Sugero-wano zmianę aktu urodzenia

Azary poprzez wykreślenie jednej z dwóch matek. Na to nie chciała się zgodzić strona hiszpańska. Azara nie mogła też uzyskać obywatelstwa hiszpańskiego, ponieważ w Hiszpanii nadaje się je dzieciom zgodnie z obywatelstwem rodziców. Dziewczynka nie mogła więc opuszczać kraju ani być otoczona publiczną opieką zdrowotną.

W zeszłym tygodniu Azara otrzymała dowód osobisty wraz z numerem PESEL w Gdańsku. Jak mówi dyrektor Wydziału Spraw Obywatelskich Urzędu

Miejskiego w Gdańsku Tomasz Filipowicz, dokument został wydany w oparciu o istniejące prawo. Numer PESEL został nadany przez Ministerstwo Cyfryzacji.

Wydawanie dowodów osobistych uregulowane jest w ustawach o ewidencji ludności i dowodach osobistych. Zgodnie z prawem, każdy obywatel Rzeczypospolitej, może wystąpić o wydanie dowodu osobistego dla swojego dziecka. Jest to szczególnie ważne dla rodziców i dzieci, którzy na stałe nie przebywają na tere-

nie RP, a dowód osobisty pomaga im np. w swobodnym przemieszczaniu się po strefie Schengen - mówi Tomasz Filipowicz.

Jak mówi urzędnik, coraz popularniejsze staje się również składanie wniosków przez platformę usług administracji publicznej (e-PUAP), szczególnie przez Polaków mieszkających za granicą. Tylko w Gdańsku miesięcznie Urząd Miejski otrzymuje ok. 1500 takich wniosków.

- Tak było również z wnioskiem o wydanie dowodu oso-

bistego dla Azary, obywatelki RP, urodzonej w Hiszpanii. Matka dziecka za pośrednictwem platformy e-PUAP złożyła wniosek o wydanie dowodu dla swojej córki. W związku z tym, że dziecko urodziło się poza granicami RP i nie posiadało numeru PESEL, Urząd Miejski w pierwszej kolejności wystąpił do Ministerstwa Cyfryzacji o nadanie numeru PESEL. Następnie, zgodnie z prawem, dowód osobisty został przygotowany i wydany rodzicowi dziecka - mówi Tomasz Filipowicz. ©

Szkielety odnalezione w Nowym Porcie będą ponownie pochowane

Gdańsk

Tomasz Chudzyński

Tomasz.Chudzyński@polskapress.pl

Trwają przygotowania do ponownego pochówku szczątków ludzkich odnalezionych niedawno w czasie prac archeologicznych w Nowym Porcie. W tym miejscu wciąż mogą być ludzkie kości.

W sumie kompletnych 14 szkieletów oraz fragmenty pokruszonych płyt nagrobnych odkryto 20 lipca na terenie podziemnych prac na terenie ogrodu jordanowskiego u zbiegu ulic Wyzwolenia i Władysława IV. Prace przy budowie podziemnych instalacji, w miejscu gdzie niegdyś znajdował się cmentarz, są prowadzone pod nadzorem archeologicznym. - Wszystko odbyło się zgodnie z procedurą. Prace przy budowie podziemnych instalacji prowadzono pod nadzorem archeologicznym. Gdy w wykopie znaleziono pochówki, archeolog - Pracownia Badań Archeologicznych Dantiscum zawiadomił nasz urząd - informowali w mediach społecznościowych przedstawiciele Pomorskiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków.

Przeprowadzono badania, szkielety zostały z wykopów wydobyte, a następnie zabezpieczone. Szczątki pochodzą z pierwszej połowy XX wieku. To zmarli, którzy spoczywali na dawnej nekropolii.

Jak informuje Agnieszka Klugmann, rzecznik Gdańskiej Infrastruktury Wodociągowo-Kanalizacyjnej (to w czasie inwestycji tej spółki natrafiono na czaszki i kości), trwają przygotowania do ponownego pochówku. Wstępne informacje mówiły, że mógłby on mieć miejsce na Cmentarzu Łostowickim.

Robert Krzywdziński, archeolog pracowni Dantiscum infor-

muje, że nadzór archeologiczny nad pracami wciąż trwa. Pod ziemią w miejscu tym wciąż mogą znajdować się ludzkie kości (raczej nie kompletne szkielety), pochodzące ze zniszczonych grobów. Zaznaczmy bowiem, że w parku w Nowym Porcie do 1947 r. znajdował się cmentarz ewangelicki.

Wg informacji PWKZ, wspólna nekropolia dla katolików i ewangelików przy zbiegu ulic Wyzwolenia i Władysława IV w Nowym Porcie został prawdopodobnie założony w połowie XVII wieku (w 1698 roku pochowano tu załogę Szańca Zachodniego).

- Od połowy XIX wieku nekropolia przeznaczona była wyłącznie dla ewangelików. Wielokrotnie ją powiększano. Katolików chowano na pobliskim cmentarzu (św. Jadwigi), który założono w 1886 roku, a który działa do dziś - informują przedstawiciele PWKZ. - Cmentarz ewangelicki zamknięto po II wojnie światowej, pod koniec lat 50 ubiegłego wieku rozebrano grobowce, a teren znielowano (miejska legenda głosi, że górkę w parku jordanowskim usypano z rozebranych nagrobków).

Pokruszone fragmenty nagrobnych płyt mogą znaleźć miejsce w lapidarium.

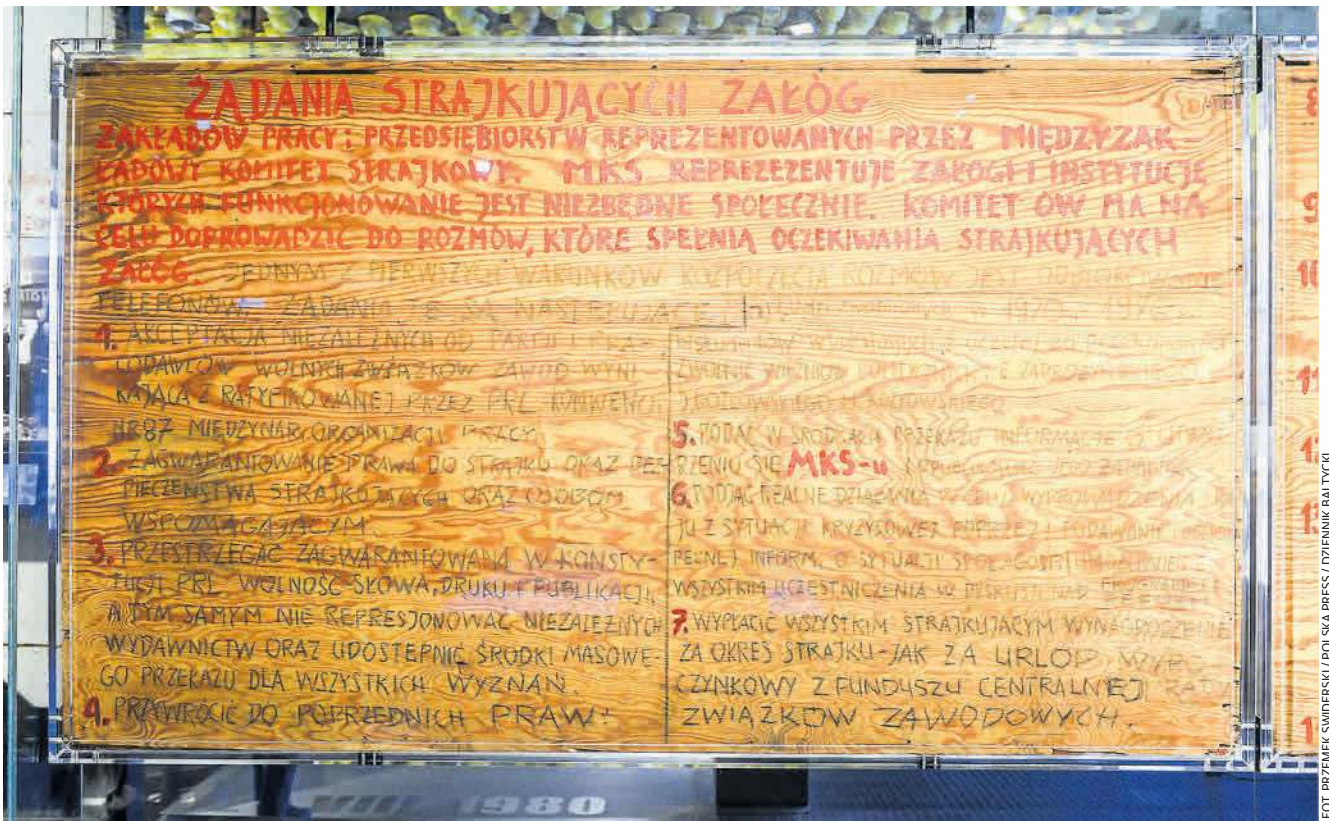
Zaznaczmy, w maju tego roku, przy Bastionie Wysok, archeolodzy odnaleźli szczątki ponad 100 osób - niemieckich cywilów i żołnierzy, którzy zmarli z ran w czasie walk zimą i wiosną 1945 r.

Z kolei jesienią ub. roku na szkielety i fragmenty szkieletów archeolodzy natrafili na Westerplatte. Wiele wskazuje, że są to szczątki polskich żołnierzy poległych w czasie obrony Wojskowej Słakownicy Tranzytowej na początku września 1939 r. ©



Jeden ze szkieletów odnalezionych w czasie prac w Nowym Porcie

Szansa na dialog ws. tablic z postulatami Sierpnia 80?



Od grudnia ubiegłego roku trwa spór pomiędzy Narodowym Muzeum Morskim a Europejskim Centrum Solidarności w sprawie tablic

Rafał Mrowicki

rafał.mrowicki@polskapress.pl



Gdańsk

Dyrektor Europejskiego Centrum Solidarności Basil Kerski wystąpił do dyrektora Narodowego Muzeum Morskiego Roberta Domżała z propozycją rozmowy ws. przyszłości tablic z postulatami Międzyzakładowego Komitetu Strajkowego, które od kilku lat, na zasadzie użyczenia, są eksponowane w ECS-ie.

Od grudnia ubiegłego roku w Gdańsku trwa spór pomiędzy Narodowym Muzeum Morskim, a Europejskim Centrum Solidarności ws. tablic, na których w Sierpniu 1980 Maciej Grzywaczewski i Arkadiusz Rybicki wypisali 21 postulatów Międzyzakładowego Komitetu Strajkowego. Od sierpnia 2014 są one wystawione na ekspozycji stałej ECS-u w sali A „Narodziny Solidarności” jako depozyt NMM. Przed kilkoma miesiącami dyrektura NMM wystąpiła do ECS-u o zwrot tablic. Miałyby one trafić na wystawę w Sali BHP.

Dyrekcja ECS-u, wspierana przez m.in. samorządowców oraz Macieja Grzywaczewskiego i spadkobierców Arkadiusza Rybickiego, nie chce się na to zgodzić. Ich zdaniem ECS jest odpowiednim miejscem na ich ekspozycję. Wysiłki NMM są wspierane przez NSZZ „Solidar-

ność”. 3 lipca minął termin zwrotu tablic, jednak dyrektura ECS-u nie chce ich oddać. Szefstwo ECS-u wysłało pismo z przytoczoną poniżej argumentacją. Krótko po nim władze NMM ponownie wezwały do zwrotu tablic.

W ubiegły czwartek na konferencji prasowej w ECS-ie, poświęconej organizacji Święta Wolności i Demokracji, do sprawy odniósł się dyrektor Basil Kerski. Jak mówił, do tej pory nie otrzymał polecenia zwrotu tablic od żadnego z organizatorów ECS-u (władze Gdańska, samorząd wojewódzki i ministerstwo kultury).

- Jestem mocno zaskoczony polityką Narodowego Muzeum Morskiego, bo to też instytucja narodowa, ale ma inne cele. Te cele to pokazywanie kultury marynistycznej. Nie ma tam na wystawie odpowiedniego miejsca by pokazać te tablice. Muzeum Morskie w swoim inwentarzu w sposób nieodpowiedni opisało te tablice. One nie są zabytkiem. ECS nie chce rozstrzygać kwestii majątkowych ani posiadać tych kwestii. Uważamy, że te tablice powinny być dostępne dla wszystkich Polaków. Swoje głos zabrali autorzy tablicy - mówił wówczas Basil Kerski.

Basil Kerski wskazał też na korespondencję poprzednich dyrektorów obu instytucji: ojca Macieja Zięby (ECS) i Jerzego Litwina (jeszcze jako Centralnego Muzeum Morskiego) z 2010 roku. Ojciec Maciej Zięba wystąpił wówczas do Jerzego Litwina o przekazanie tablic na przygo-

towaną wówczas wystawę ECS-u. Tablice trafiły do ECS-u na zasadach użyczenia. Basil Kerski zwrócił też uwagę, że tablice musiały zostać wykreślone z inwentarza Centralnego Muzeum Morskiego.

Do czwartkowego wystąpienia Basila Kerskiego odniósł się w rozmowie z „Dziennikiem Bałtyckim” Robert Domżał - dyrektor Narodowego Muzeum Morskiego.

Uważamy, że te tablice powinny być dostępne dla wszystkich Polaków

Basil Kerski

- Umowę użyczenia należącego do NMM zabytku - tablic z 21 postulatami Międzyzakładowego Komitetu Strajkowego podpisywał w 2014 roku poprzedni dyrektor naszej instytucji pan dr inż. Jerzy Litwin. Celem naszego muzeum jest ochrona i udostępnianie zabytków i te cele realizujemy. Umowa jasno określa warunki wypożyczenia i zwrotu eksponatu. Tablice są wpisane do naszego inwentarza zbiorów, jak tysiące innych zabytków i dzięki temu podlegają ochronie prawnej. Umowę na wypożyczenie Tablic podpisały dwie mające osobowość prawną instytucje, nie ma więc powodu, żeby osoby bądź podmioty nie będące bezpośrednio

zaangażowane w ten proces, wydawały polecenia co do zwrotu zabytku. Ponadto nie znamy dokumentów, które potwierdzają prawo własności do Tablic osób trzecich. Twórcami, artystami, autorami merytorycznymi można określić wiele osób zaangażowanych w tworzenie treści postulatów - mówi Robert Domżał.

Jak mówi nam dyrektor NMM, dyrektura placówki nie wyklucza dalszych kroków prawnych w celu odzyskania wypożyczonego do ECS eksponatu.

W miniony poniedziałek po południu do NMM miało wpłynąć pismo podpisane przez Basila Kerskiego. Dyrektor ECS-u podtrzymuje w nim swoje stanowisko, że w sprawie tablic duże znaczenie mają dla niego prawa autorskie Macieja Grzywaczewskiego oraz spadkobierców Arkadiusza Rybickiego - jego żony Małgorzaty oraz dzieci Magdaleny i Antoniego. Ich zdanie jest w tej sprawie niezmiennie.

Basil Kerski w swoim liście apeluje do Roberta Domżała o rozmowy przy okrągłym stole, w których mieliby wziąć udział wszyscy organizatorzy ECS-u i NMM oraz Maciej Grzywaczewski i spadkobiercy Arkadiusza Rybickiego. Zgodnie z propozycją Basila Kerskiego, w celu zapewnienia konstruktywnego dialogu, rozmowom mieliby przewodniczyć wiceminister kultury Jarosław Sellin i przewodniczący Rady ECS-u Bogdan Lis. ©

Możliwe, że jesienią powrócimy do powszechnego noszenia maseczek

Agnieszka Kamińska
agnieszka.kaminska@polskapress.pl

Pomorze/kraj

Koronawirus nie odpuszcza. Ministerstwo Zdrowia poinformowało we wtorek o 502 nowych przypadkach koronawirusa w Polsce i kolejnych 6 zgonach. Na Pomorzu stwierdzono 15 przypadków zakażenia. Od kilku dni liczba zakażonych utrzymuje się na podobnym, wysokim poziomie. Minister zdrowia nie wyklucza powrotu do powszechnego noszenia maseczek.

Minister zdrowia Łukasz Szumowski już kilka dni temu powiedział, że jesienią powinniśmy spodziewać się tzw. drugiej fali epidemii. Lekarze ostrzegają też przed sezonem grypowym. Choroby będą występowały w tym samym czasie, ich rozróżnienie i postawienie prawidłowej diagnozy może być bardzo trudne. Możliwe jest więc ponowne wprowadzenie niektórych obustrzeń.

Będziemy chodzili do lekarza

Jesienią czeka nas pilnowanie dystansu, noszenie maseczek

i powrót do rozsądku - zapowiedział szef resortu zdrowia Łukasz Szumowski kilka dni temu. - Na jesieni może być wzrost zachorowań, bo będziemy mieć gripę, będziemy chodzili do lekarza, do szpitala, na SOR z objawami grypy, część z tego będzie COVID-em, ale mamy już wiedzę, przygotowaliśmy testy antygenowe dla osób objawowych (...) - dodał.

Z kolei wiceminister zdrowia Waldemar Kraska mówił, że w resorcie będą analizowane działania krajów Europy Zachodniej. Specjaliści będą się zastanawiać, czy nie przenieść niektórych wzorców do Polski. Chodzi głównie o noszenie maseczek w przestrzeniach otwartych.

Wicepremier Jadwiga Emilewicz w jednym z wywiadów stwierdziła zaś, że jesienią przywrócone mogą zostać restrykcje takie jak obowiązki zachowywania dystansu w miejscach publicznych, zasłaniania ust i nosa czy dezynfekcji dłoni. Emilewicz zaznaczyła jednocześnie, że nie ma mowy o ponownym wprowadzeniu lockdownu gospodarczego. Mówiła też, że w celu sprawniejszego zapobiegania wzrostowi liczby zachorowań rząd może wymagać od obywateli zgody na udzielanie większego zakresu informacji



Jesienią powinniśmy spodziewać się tzw. drugiej fali epidemii

na ich temat. Chodzi o takie informacje, aby w razie wykrycia zakażenia u jednej osoby łatwiej było dotrzeć do osób, które miały z nią kontakt.

Więcej kontroli

Obecnie Polacy nie muszą nosić maseczek w przestrzeniach otwartych. Muszą to robić np. w sklepach, kościołach czy środkach komunikacji publicznej. A i z tym bywa różnie, Polacy bagatelizują ten obowiązek. Na przykład policjanci w Gdańsku w weekend, 25-26 lipca, zwracali uwagę pasażerom

bez maseczek m.in. w tramwajach i autobusach, patrolowali również pas nadmorski oraz sklepy. Przeprowadzili ponad sto interwencji. Choć mogli wystawiać mandaty, to jednak odstępowali od tego i stosowali pouczenie. Podobnych kontroli będzie więcej, ale funkcjonariusze mogą już nie być tak wyrozumiali.

Funkcjonariusze wskazują, że jeśli w miejscach ogólnodostępnych (takich jak np. droga, plac, park, plaża, parking) nie jest możliwe zachowanie co najmniej 1,5-metrowego odstępu

od innych osób, musimy zakładać maseczki.

Przypomnijmy, że mandat za brak maseczki może wynieść 500 zł, policjanci mogą też skierować wniosek do sądu, wówczas grzywna sięgnąć może 5 tysięcy złotych. Natomiast sanepid może nałożyć karę w wysokości aż 30 tys. zł.

Na świecie

Światowa Organizacja Zdrowia zaleca maseczki (wykonane przynajmniej z trzywarstwowego materiału) wszystkim korzystającym z transportu publicznego, robiącym zakupy

w sklepie lub przebywającym w zamkniętych pomieszczeniach, gdzie nie da się utrzymać dystansu społecznego ze względu na dużą liczbę osób.

Podobne zalecenie wystosowała amerykańska agencja rządowa Centers for Disease Control and Prevention (CDC), zajmująca się zapobieganiem chorobom (zwłaszcza zakaźnym), ich monitoringiem i zwalczaniem. The Royal Society, pełniące funkcję akademii nauk Wielkiej Brytanii, już 5 maja stwierdziło, że maseczki mogą być ważnym narzędziem kontrolowania rozprzestrzeniania się wirusa w populacji.

Pod koniec maja br. w „Science” ukazała się publikacja trojga badaczy z USA i Tajwanu, którzy zebrali szereg wyników badań i argumentów przemawiających za noszeniem maseczek. Naukowcy tłumaczyli, że kraje, które szybko wprowadziły powszechny obowiązek noszenia maseczek, znacznie lepiej radzą sobie z epidemią.

Dobrymi przykładami są takie państwa jak Tajwan, Korea Południowa czy Singapur. Nawet maseczki domowej roboty, o ograniczonej skuteczności, mogą znacznie zmniejszyć szybkość transmisji koronawirusa, jeśli nosi je wystarczająco duża liczba osób.

©P
Czytaj także na str. 2

Powstał Komitet Ratowania Bałtyku

Jastarnia

Piotr Niemkiewicz

Piotr.Niemkiewicz@polskapress.pl

Komitet Ratowania Bałtyku, który powstał w Jastarni, zaczyna walkę z Brukselą. Zorganizowana grupa chce walczyć w Europejskim Trybunale Sprawiedliwości m.in. o całkowity zakaz połowu na Bałtyku. - Bałtyk umiera, ale umierają też rybacy - mówi Andrzej Dettlaff. W grę wchodzi też odszkodowanie, które zapłacić ma Komisja Europejska.

Komitet Ratowania Bałtyku w Jastarni do życia powołał Andrzej Dettlaff - nie sam, bo do niego dołączyli koledzy rybacy oraz armatorzy komercyjnych jednostek wędkarskich. Działająca od połowy lipca rybacka organizacja nie zamierzała długo się konstytuować i ostro ruszyła do boju.

Pierwszym dziełem rybackiego komitetu jest list do premiera Mateusza Morawieckiego - jego kopia trafiła m.in. do prezydenta, rządów wszystkich krajów będących w UE oraz Wielkiej Brytanii, posłów i senatorów RP, eurodeputowanych do parlamentu UE, parlamentu UE, Komisji Rady Europy, wszystkich organizacji rybackich i związkowych krajów nadbałtyckich.

Czego domaga się Komitet Ratowania Bałtyku? Chodzi o to, by Komisja Europejska przestrzegała przepisów zawartych w artykule 3 pkt. D. Traktatu Europejskiego.

Ten mówi o zachowaniu morskich zasobów biologicznych w ramach wspólnej polityki rybołówstwa w ramach wspólnej polityki rybackiej - co leży w kompetencjach UE. Zdaniem Andrzeja Dettlaffa punkt D został przez KE złamany. Bo np. stada dorsza, ryby, na której zarabia się

dobrze, zostały mocno przetrzebione.

- Co się stało na Bałtyku? Tragedia, do której doprowadziła polityka Unii Europejskiej - komentuje przewodniczący Komitetu Ratowania Bałtyku. - Presja rybacka też, w jakimś stopniu. To poza wszelką dyskusją.

Zdaniem Dettlaffa UE musi przeformułować swoje działania, bo kontynuowanie obecnej polityki związanej z rybołówstwem na Bałtyku doprowadzi do kompletnej zapaści tego akwenu. Pomóc w tym może np. bezwzględne zatrzymanie tzw. połowów paszowych - czyli przemysłowych, prowadzonych przez duże jednostki.

- Na Bałtyku stoi polska flota, szwedzka i duńska - alarmuje doświadczony rybak z Jastarni. - A z nami też zatrudnieni w rybołówstwie ludzie. Nie tylko załogi kutrów, ale całe firmy związane z branżą.



Rybacy protestują przeciwko polityce rybackiej UE

W walce z Unią pomóc ma premier i prezydent, do których trafić mają pisma znad morza. To kontynuacja działań, które polscy rybacy (Andrzej Dettlaff z Jastarni i Wiesław Szklany z Darłowa) podejmowali już wcześniej - ale bez większych sukcesów. Tu szyprowie obar-

czają winą urzędników z Warszawy, choć nie ministra Marka Gróbarczyka.

- Urzędnicy w ministerstwie pokpiłi sprawę i mają w nosie rybaków - twardo mówi Andrzej Dettlaff. - Chcemy by premier, w naszym imieniu wystąpił do Trybunału Sprawiedliwości

Unii Europejskiej ze skargą na Brukselę. Bałtyk umiera, ale umierają też rybacy.

Art. 340 Traktatu o funkcjonowaniu Unii Europejskiej nakazuje UE naprawić szkody, jakie ta wyrządziła swoimi działaniami czy decyzjami. To na mocy tych przepisów rybakom mogą domagać się odszkodowań. - Niech Unia najpierw zrobi porządek we własnym ogródku - mówi Grzegorz Hałubek, doradca ministra Marka Gróbarczyka.

Rybacy wskazują, że aby zachować ciągłość połowów i dostaw ryb, muszą być zasoby rybne. Tych - ich zdaniem - nie ma, więc muszą zostać odbudowane. - UE musi zmienić gruntownie politykę rybacką, w taki sposób jak na Bałtyku jeszcze nie było - argumentuje Hałubek. - Skoro problemem morza są nadmierne połowy, to trzeba ich zaprzęścić.

©P

Wielka rekonstrukcja rządu będzie mniejsza

Warszawa

Kacper Rogacin

kacper.rogacin@polskapress.pl

Planowana na jesień rekonstrukcja rządu może okazać się dużo mniejsza, niż początkowo planowano. Jarosław Gowin i Zbigniew Ziobro twardo nie zgadzają się bowiem na odebranie im partiom po jednym resortie. Pewne jest natomiast, że dojdzie do likwidacji kilku ministerstw. Premier chce łączyć resorty.

Plan Mateusza Morawieckiego zakłada fuzję Ministerstwa Edukacji Narodowej z resortem szkolnictwa wyższego. Oprócz tego premier chce połączenia ministerstw klimatu i środowiska oraz rozwoju i polityki regionalnej. Dodatkowo zlikwidowane miałyby zostać Ministerstwo

Cyfryzacji, Ministerstwo Gospodarki Morskiej oraz Ministerstwo Sportu. Szczegóły planu jako pierwszy podał Onet.

Według informacji Agencji Informacyjnej Polska Press, już dziś wiadomo, że jesienna rekonstrukcja nie przebiegnie dokładnie tak, jak to założył premier Morawiecki. Powodem jest przede wszystkim twarde stanowisko Zbigniewa Ziobry i Jarosława Gowina, którzy nie zgadzają się na odebranie im po jednym resortie.

Solidarna Polska kontroluje Ministerstwo Sprawiedliwości i Ministerstwo Środowiska, natomiast Porozumienie trzyma pieczę nad Ministerstwem Rozwoju i Ministerstwem Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Dodatkowo wicepremierem jest Jadwiga Emilewicz, właśnie z partii Gowina. ©P

Rząd wycofuje się z likwidacji kopalń. Sasin: Medialne doniesienia były nieprawdziwe

Katowice

Agata Pustulka

agata.pustulka@polskapress.pl

Wbrew zapowiedziom wicepremier Jacek Sasin nie przedstawił we wtorek związkowcom programu naprawy Polskiej Grupy Górniczej - dowiedział się nieoficjalnie „Dziennik Zachodni”. Jak się dowiadujemy, minister aktywów państwowych miał za to powiedzieć, że „doniesienia medialne na temat likwidacji kopalń nie były prawdziwe”.

Jacek Sasin chce przygotować nowy program, bowiem związkowcy mieli odrzucić ten, którego nawet nie widzieli. Co na to związkowcy? Mówią krótko: To kabaret.

Po co właściwie Jacek Sasin przyjechał na Śląsk we wtorek, skoro wycofał się rakiem z programu ratowania Polskiej Grupy Górniczej zakładającego m.in. likwidację dwóch kopalń?

Jak się dowiadujemy nieoficjalnie, bardzo musiał przestraszyć się reakcji górników wicepremier i minister aktywów państwowych Jacek Sasin, bo nie przedstawił żadnego programu restrukturyzacji Polskiej Grupy Górniczej.

W niedzielę portal BiznesAlert.pl piórem Karo-



Jacek Sasin nie przedstawił żadnego programu restrukturyzacji Polskiej Grupy Górniczej

liny Bacy-Pogorzelskiej poinformował o planach rządu wobec PGG. We wtorek przedstawiciele PGG na konferencji mówili o jej fatalnej sytuacji i o likwidacji kopalń Ruda i Wujek.

Na wieść o planach rządu związkowcy zareagowali oburzeniem, podobnie jak posłowie PiS, którzy w poniedziałek spotkali się z Sasinem.

Jak się dowiadujemy, w przerwie prowadzonych ro-

zmów rzecznik ministerstwa aktywów państwowych powiedział, że będzie przygotowywany nowy program, ale nie wiadomo, kiedy zostanie przedstawiony. Sasin uznał doniesienia medialne za nieprawdziwe. Wszystko na to wskazuje, że pod naporem związkowców i polityków po prostu wycofał się ze swoich planów.

W latach 2010-2019 Ruda przyniosła 2,3 mld zł strat,

a Wujek 232 mln zł. Tylko w tym roku, aktualnie, kopalnie są „pod kreską” odpowiednio: 195 mln zł i 24 mln zł. Jest problem ze sprzedażą węgla z tych kopalni.

We wtorek przypomniano słowa czołowych polityków PiS, którzy wielokrotnie zapewniali, że nie będą zamykać kopalni.

- Nie będziemy zamykać kopalni - mówił w 2015 roku Mateusz Morawiecki, jeszcze wtedy wicepremier w rządzie Beaty Szydło. Morawiecki odnosił się wtedy do potężnych spadków cen węgla.

- Chcemy pomóc Górnemu Śląskowi przejść przez ten proces w sposób łagodny, bezpieczny, spokojny, bez zamykania kopalni - obiecywał.

Kilka miesięcy wcześniej, jeszcze w trakcie kampanii wyborczej do parlamentu, kandydatka PiS na premiera Beata Szydło również zapewniała, że to PiS stoi po stronie górników.

- Kopalnie potrzebują wsparcia państwa. I to jest obowiązek państwa - zbudować stabilną strategię rozwoju górnictwa i energetyki, fundamentu obecnej gospodarki. Tymczasem obecny rząd (PO/PSL - red.) nic w tej sprawie nie robi - mówiła. ©P

Współpraca: Kacper Rogacin

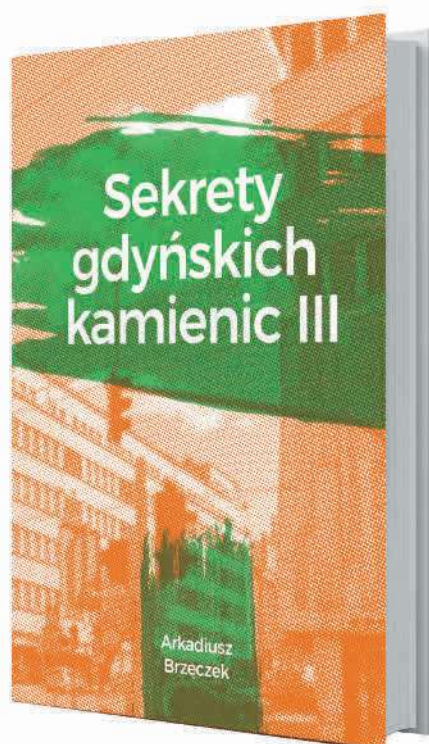
→ CZYTAJ NASZĄ HISTORIA

naszahistoria.pl

REKLAMA

009789677

Już wkrótce NOWOŚĆ w księgarni Dziennika Bałtyckiego



Sekrety gdyńskich kamienic III

W najnowszej, trzeciej części książki Arkadiusz Brzęczek zabierze czytelników w kolejną, nietypową podróż po Gdyni.

W miejsca na pierwszy rzut oka znajome, które mijamy każdego dnia. Pozory jednak mylą, a rzeczywistość potrafi sprawić wiele niespodzianek. Każda gdyńska kamienica to historia osobna, a jednocześnie opowieść o ludziach. Ludziach, którzy - wznosząc domy - budowali nad morzem swoje życie i przyszłość, przyczyniając się tym samym do rozwoju Gdyni.

**Zamówienia na książkę przyjmujemy
pod adresem mailowym: ksiegarnia@prasa.gda.pl**

Partnerzy:



POMÓŻ SOBIE W PROBLEMACH Z CHOLESTEROLEM

Możesz zmniejszyć ryzyko NIEDOTLENIENIA SERCA

PREPARAT, KTÓRY POMAGA UDRAŻNIAĆ ŻYŁY



Skorzystaj
z promocji
i zawalc
o zdrowie!

ODBIERZ GRATISOWE OPAKOWANIE

I POMÓŻ SOBIE W ZMNIEJSZANIU NIEDROŻNOŚCI ŻYŁ JUŻ OD POCZĄTKU STOSOWANIA, JAK PONAD 47 900 OSÓB

Już 1. dawka nowego preparatu może dawać szansę na ułatwienie usuwania z żył zalegających skrzepów, zmniejszanie zatorów i grubości blaszki z cholesterolu oraz redukcję poziomu złego cholesterolu. Już prawie 48 tysięcy osób mogło pomóc sobie w zmniejszaniu problemów ze złym cholesterolem.

Dolegliwości, które przez lata dokuczały niemal 75% społeczeństwa w każdym wieku, dziś mogą zostać złagodzone w kilkanaście dni. „Większość osób po zastosowaniu preparatu ma szansę poprawić swój stan już w ciągu kilkunastu dni” – informował spec. ds. krążenia David White, twórca metody mogącej pomagać w problemach z krążeniem, która wprost ze Stanów Zjednoczonych dotarła właśnie do Polski.

David White
specjalista ds. krążenia



„Nasza metoda może pomagać **zmniejszać problemy z blaszkami cholesterolu** zalegającymi w tętnicach i chronić się przed utworzeniem zatoru żylnego. Już od początku stosowania poziom złego cholesterolu może zostać obniżony, a krew może zacząć lepiej krążyć, obniżając ryzyko nagłego zawału czy udaru”.

Problemy z krążeniem to nie wyrok

Specjaliści przyznają, że rozwój dolegliwości bywa niezauważalny. Warto mieć świadomość, że to podstępna choroba, która niepokojące sygnały wysyła dopiero wtedy, gdy żyły i tętnice są zatkane już w połowie! To sprawia, że zawał zazwyczaj pojawia się niespodziewanie, w stanie pozornego zdrowia.



Czuję się lepiej!

Nogi mrowiły mi już coraz częściej... Okazało się, że mój problem jest poważniejszy niż mi się wydawało i mój komfort życia może się radykalnie pogorszyć. Mój świat jakby się zawalił... Postanowiłem wypróbować preparat White'a. To była najlepsza decyzja w moim życiu. Nie dość, że jest wygodny w stosowaniu, to wydaje mi się, że mój stan się poprawił. Czuję się znacznie lepiej!

Zenon W. 69 lat, Ełk

Działaj szybciej niż dolegliwości!

TEN INNOWACYJNY PREPARAT WSPOMAGA WALKĘ Z PROBLEMAMI Z KRĄŻENIEM

Masz szansę na rezultaty dzięki 3-fazowemu działaniu preparatu:

- 1** Pomoc w zmniejszaniu liczby **monocytów** (komórek wypełniających się złym cholesterolem)
- 2** Pomoc w zmniejszaniu **grubości blaszki z cholesterolu**
- 3** Wsparcie we **wzmocnianiu i uelastycznianiu ścian żył oraz tętnic**

ZŁE KRĄŻENIE: DOBRE KRĄŻENIE:



Nie warto lekceważyć nawet drobnych objawów. Preparat White'a powstał po to, by naturalnie wspomagać proces leczenia w domowym zaciszu.

To dlatego wiele osób w wieku 35-85 lat po zastosowaniu preparatu deklaruje poprawę samopoczucia, a ich wyniki mają szansę się polepszyć. Preparat może być pomocny w każdym stadium problemów ze złym cholesterolem, **wspomagając leczenie i pomagając uchronić się przed nieprzyjemnymi konsekwencjami.**



Czuję, że żyję!

Od lat miałam podwyższony cholesterol, do tego dołączyły problemy z oddychaniem i bóle. Czułam się źle, coraz gorzej. Na szczęście w porę dowiedziałam się o tym preparacie – poleciła mi go sąsiadka, która z jego pomocą wspomogła walkę z problemem! Ta metoda to jak wygrana na loterii – już po kilku tygodniach mogłam poprawić poziom cholesterolu, nie łapię też już tak często zadyszki. Rewelacja!

Dorota J., 72 lata, Białobrzegi

Zadbaj o swoje zdrowie już dziś

Jeśli masz jakieś pytania, coś budzi Twoją wątpliwość, zadzwoń i zapytaj. Zamawianie jest banalne, a o tym, czy zdecydujesz się na preparat, ostatecznie postanowisz Ty sam, nikt inny! Jedyne co musisz zrobić, to wykręcić poniższy numer telefonu. Odbierze Kasia, Monika lub Andrzej, którzy stacjonują w biurze. **Od teraz masz szansę na nowe, lepsze życie bez najmniejszego finansowego ryzyka. Dzięki indywidualnemu podejściu i preparatowi White'a wreszcie masz szansę skutecznie wspomóc się w walce z problemami ze złym cholesterolem.** Zamawianie jest bezpieczne, od listonosza otrzymasz dyskretnie zapakowany produkt. Wystarczy teraz zadzwonić na poniższy numer, by otrzymać **gratisowy preparat**. Ilość zestawów promocyjnych ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń!

GRATISOWY PRODUKT DLA PIERWSZYCH 200 OSÓB!

Pierwszym 200 osobom, które zadzwonią do **1 SIERPNIA 2020 r.**, przysługuje **darmowy preparat!** Otrzymasz wówczas preparat White'a całkowicie za darmo! Zamawianie jest bezpieczne, nie ponosisz żadnego ryzyka. Nie zastanawiaj się i zawalc o zdrowie już dziś!

56 300 35 27

poniedziałek - niedziela: 08:00 - 20:00 Zwykłe połączenia lokalne bez dodatkowych opłat.

Liczba darmowych opakowań jest ograniczona!

Kryzys migracyjny we Włoszech. Moga pojawić się nowe zakażenia

Wojciech Szczęśny
w.szczesny@polskatimes.pl



Rzym

W ostatnich dniach do Włoch dostało się ponad 12 tysięcy nielegalnych imigrantów, głównie z Tunezji. Władze w Rzymie najbardziej obawiają się sytuacji związanej z pandemią Covid-19, ponieważ uciekinierzy z Afryki Północnej uciekają z obozów, w których powinni przechodzić kwarantannę.

Najgorsza sytuacja panuje na Sycylii, gdzie doszło do dwóch masowych ucieczek tunezyjskich imigrantów. Jak donoszą włoskie media, w miejscowości Caltanissetta z ośrodka przeznaczonego do kwarantanny zbiegło 184 mężczyzn, z których udało się odnaleźć tylko 139.

Wcześniej do podobnej sytuacji doszło w Porto Empedocle, gdzie w namiocie przeznaczonym dla maksymalnie 100 osób włoskie służby umieściły ponad pół tysiąca uciekinierów z Tunezji. Nagranie przedstawiające ucieczkę upublicznił w sieci były wicepremier i minister spraw wewnętrznych Włoch Matteo



Włoskie władze obawiają się możliwości wzrostu zakażeń koronawirusem. Przyczyną mogą być nielegalni imigranci, którzy uciekają z ośrodków, w których przechodzą kwarantannę

Salvini, znany przeciwnik imigrantów.

Zagrożenie epidemiczne

Do wydarzeń na Sycylii odnieśli się także obecni członkowie włoskiego rządu. W oświadczeniu opublikowanym w internecie minister spraw zagranicz-

nych Luigi Di Maio stwierdził, że zaistniała sytuacja jest „nie do pomyślenia”.

- Kwestia związana z imigrantami nie powinna być przedmiotem sporów politycznych czy ideologicznych. Chodzi o bezpieczeństwo każdego z nas, to problem dotyczący

zdrowia publicznego - napisał Di Maio. - Włochy przetrwały jeden z najciemniejszych okresów w swojej historii. Musieliśmy dostosować się do rygorystycznych przepisów, byliśmy zamknięci we własnych domach. To nie do pomyślenia, że ktoś może tak po prostu nie

NIELEGALNA IMIGRACJA

IMIGRANCI UDAJĄ TURYSTÓW

Według Straży Wybrzeża, największy problem stanowią pojedyncze jednostki, które przybijają na włoskie wyspy. Spośród 12 228 imigrantów aż 9 500 przybyło do Italii na pokładzie niewielkich łódek i motorówek. Część próbuje natychmiast zniknąć z pola widzenia włoskich służb udając turystów. W poniedziałek Straż Wybrzeża zatrzymała grupę Tunezyjczyków, którzy zeszli na ląd na plaży w okularach przeciwsłonecznych, słomianych kapeluszach, kłapkach oraz... z pudłem na smyczy. Włoski wywiad twierdzi, że w najbliższym czasie do Włoch może przypląć 10 tys. nielegalnych imigrantów.

duje się pod kontrolą. Po rozmowie telefonicznej z gubernatorem Sycylii szefowa MSZ Luciana Lamorgese poinformowała, że testy serologiczne przeprowadzone na wszystkich osobach skierowanych na kwarantannę do Caltanissetty i Porto Empedocle dały wyniki negatywne.

Będą patrole wojskowe

Mimo to Lamorgese udała się w poniedziałek z wizytą do Tunisu. Według informacji pochodzących z włoskich źródeł wywiadowczych, do wypłynięcia w kierunku Europy przygotowanych jest już kolejne 10 tysięcy osób.

- Mówimy o niekontrolowanym napływie ludzi, którzy potencjalnie mogą spowodować duże zagrożenie sanitarne we Włoszech. Oddalanie się z miejsca wyznaczonego do odbycia kwarantanny jest niedopuszczalne - cytując włoską minister spraw wewnętrznych „Corriere della Sera”.

W najbliższych dniach w pobliżu ośrodków dla imigrantów przechodzących kwarantannę pojawią się patrole wojskowe. Do wybrzeży Sycylii ma także przybić specjalny statek pasażerski mogący pomieścić ponad tysiąc osób, który będzie pełnił rolę ośrodka dla imigrantów.

©P

NA ŚWIECIE



Waszyngton Doradca Trumpa ma koronawirusa

Doradca prezydenta USA Donalda Trumpa ds. bezpieczeństwa narodowego Robert O'Brien jest zakażony koronawirusem. Nieoficjalnie doniesienia serwisu Bloomberg potwierdził Biały Dom. Urzędnik jest w izolacji, pracuje w domu. Według oficjalnego komunikatu, jego choroba nie stwarza zagrożenia ani dla prezydenta Trumpa, ani dla wiceprezydenta Mike'a Pence'a. To najwyższy urzędnik Białego Domu zakażony wirusem. Wcześniej COVID-19 zdiagnozowano u sekretarza prasowego wiceprezydenta. (AIP)

Madryt Premier Hiszpanii krytykuje kwarantannę w Wielkiej Brytanii

W sobotę brytyjskie władze poinformowały o wprowadzeniu przymusowej 14-dniowej kwarantanny dla osób przybywających z Hiszpanii. To reakcja na znaczny wzrost zakażeń w niektórych regionach tego kraju. We wtorek swoje niezadowolenie z decyzji brytyjskich władz wyraził hiszpański premier Pedro Sanchez. Szef rządu w wywiadzie telewizyjnym stwierdził, że „Wielka Brytania popełniła błąd, decydując się na poddanie kwarantannie osób podróżujących z Hiszpanii”, a decyzja Londynu jest „niesprawiedliwa”. Zwrócił przy tym uwagę, że w większości regionów w Hiszpanii wskaźnik zakażeń koronawirusem jest niższy niż w Wielkiej Brytanii. Sanchez dodał, że będzie zabiegał o zmianę decyzji brytyjskich władz. Hiszpania jest jednym z najpopularniejszych kierunków turystycznych dla mieszkańców Wysp. Brytyjskie MSZ odradza podróże do tego kraju. (AIP)

Pożary w Australii spowodowały śmierć miliardów zwierząt

Canberra

Tomasz Dereszyński
tomasz.dereszynski@polskapress.pl

Ogień w Australii zabił lub wygonił z domów około trzech miliardów zwierząt. Spaleniu uległo 11,46 mln ha kontynentu. Właśnie poznaliśmy dane z raportu naukowców.

Te liczby oznaczają, że była to jedna z „najgorszych katastrof naturalnych we współczesnej historii” - poinformował Światowy Fundusz na rzecz Przyrody (WWF), który zlecił sporządzenie raportu. Szokujące fakty z raportu naukowców opisuje portal BBC News.

Ogromne płomienie ogarnęły wszystkie regiony podczas australijskiego lata, które przypada w naszą zimą, paląc busz i zabijając 33 osoby.

Ssaki, gady, ptaki i płazy ginęły w płomieniach lub w wyniku utraty siedlisk. Podczas szczytu kryzysu w styczniu 2020 r. naukowcy oszacowali, że tylko w Nowej Południowej Walii i Wiktorii zginęło 1,25 miliarda zwierząt.

Najnowsze obliczenia wskazują, że pożary objęły większy obszar, niż pierwotnie szacowano. Z raportu wynika, że około 11,46 mln hektarów - obszar porównywalny z Anglią - zostało spalonych od września 2019 r. do lutego 2020 r.

„Kiedy myślisz o prawie trzech miliardach rodzimych zwierząt znajdujących się na drodze pożarów, jest to liczba wręcz trudna do ogarnięcia” - powiedział prof. Chris Dickman, który nadzorował projekt 10 naukowców z australijskich uniwersytetów. Profesor dodał, że naukowcy nie



Koala uratowany z pożaru w Australii

mogą jeszcze określić dokładnej liczby ofiar śmiertelnych, ale zauważył, że szanse na ucieczkę zwierząt z pożarów i przeżycie były bardzo niewielkie z powodu braku pożywienia i schronienia.

Jak podaje raport, liczby oparto na wielkości populacji i szacunkach zagęszczenia zwierząt przed tragicznymi pożarami w Australii.

Ograniczenia danych spowodowały, że niektóre grupy - takie jak bezkręgowce, ryby i żółwie - w ogóle nie zostały uwzględnione w szacunkach - zaznacza BBC News.

W lutym 2020 r. rząd Australii zidentyfikował 113 gatunków zwierząt, które po pożarach buszu potrzebowały „pilnej pomocy”. Prawie wszystkie zwierzęta na liście straciły co najmniej 30 proc. swoich siedlisk w lasach strefy umiarkowanej i na łąkach południowej i wschodniej Australii.

Ekspertzy twierdzą, że wśród zwierząt potrzebujących największej pomocy były koale i kangury - a także gatunki ptaków, ryb i żab.

Rząd tego kraju obiecał 50 milionów dolarów australijskich (27 milionów funtów; 35 milionów dolarów) na odbudowę dzikiej przyrody i siedlisk. ©P

Polisy OC najdroższe w Gdańsku

Finanse

Mateusz Tkarski
redakcja@prasa.gda.pl

Gdańsk i Trójmiasto od lat należą do czołówek najdroższych miast pod względem komunikacyjnego OC. W czerwcu średnio za polisę trzeba było zapłacić 638 zł. To o prawie 150 zł więcej niż w najtańszym mieście wojewódzkim.

Dla porównania w najtańszych Katowicach średnio za komunikacyjne OC na rok trzeba za-

płacić 491 zł, czyli o 147 zł mniej niż w stolicy Pomorza. Zdecydowanie taniej jest także w stolicy Wielkopolski, Krakowie, Łodzi czy nawet w Warszawie - wynika z kalkulacji ekspertów porównywarki Ubea.pl policzonych dla siedmiu ubezpieczycieli (Link4, Benefia, Aviva, Proama, Wiener, UNIQA oraz Generali).

Na pocieszenie, stolica Pomorza nie wygląda najgorzej gdy chodzi o średnią, najniższą zarejestrowaną składkę opłacaną przez kierowców. Ze

stawką 411 zł Gdańsk uplasował się na 11 miejscu. Różnica między najniższą i średnią stawką jest tutaj największa w kraju. W innych miastach najtańsze polisy to 334 zł w Lublinie i 499 zł w Zielonej Górze.

Wynik dotyczący stolicy Pomorza w połączeniu z tutejszym poziomem składek wskazuje, że w Gdańsku szczególnie opłaca się porównywać ubezpieczenia OC nabywane przez internet. Warto dodać, że wysoki poziom zróżnicowania ce-

nowego obowiązkowych polis OC odnotowano również na terenie Białegostoku, Krakowa, Lublina, Opola, Rzeszowa, Szczecina oraz Torunia.

- Trzeba także pamiętać, że różnice cenowe pomiędzy ubezpieczycielami rosną (nie tylko w największych miastach) jeśli kierowca szukający OC nie ma doświadczenia albo niedawno spowodował szkodę komunikacyjną - podsumowuje Paweł Kuczyński, prezes porównywarki ubezpieczeniowej Ubea.pl. ©



Średnie ceny polis komunikacyjnego OC w miastach wojewódzkich znacznie się różnią, o kilkadziesiąt procent

NOTOWANIA W KANTORACH 28.07.2020

Kupno/sprzedaż walut Kantor Green, tel. 58 346 02 48, Wrzeszcz przy Manhattan, Dmowskiego, Grunwaldzka, Morena Carrefour, Rumia Auchan

USD	<< 374/394 >>
EUR	<< 433/448 >>
SEK	42,4/42,9
GBP	<< 476/491 >>
CHF	<< 402/417 >>

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

USD	<< 374/394 >>
EUR	<< 433/448 >>
SEK	42,4/42,9
GBP	<< 476/491 >>
CHF	<< 402/417 >>

USD - dolar amerykański, EUR - euro, SEK - korona szwedzka, GBP - funt brytyjski, CHF - frank szwajcarski. << - spadek ceny do dnia poprzedniego, >> - wzrost ceny, • - bez zmian
za 100 jednostek

REKLAMA 019792047

PRZETARG
KOŚCIERSKIE TOWARZYSTWO
BUDOWNICTWA SPOŁECZNEGO
Sp. z o.o.

ul. Świętojańska 5d, tel. 58 686 32 13, www.ktbs.com.pl

zaprasza do składania ofert na realizację zadania:
pn. „Wykonanie instalacji centralnego ogrzewania dla budynku mieszkalnego wielorodzinnego przy ul. Wybickiego 12 wraz z włączeniem do miejskiej sieci ciepłowniczej”.

Termin realizacji zadania: od dnia podpisania umowy do 15.10.2020 r.
Specyfikacja istotnych warunków zamówienia dostępna jest na stronie internetowej: www.ktbs.com.pl
Ofertę należy złożyć do 5.08.2020 r. sekretariacie Spółki.
Spółka zastrzega sobie prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

REKLAMA 009797927

„EKO DOLINA” Sp. z o.o.
Łężyce, al. Parku Krajobrazowego 99, 84-207 Koleczkowo
tel. 58 672 50 00 / fax 58 672 74 74

informuje, iż ogłosiła przetarg nieograniczony o wartości szacunkowej powyżej 214 000,00 EURO na:

SUKCESYWNE DOSTAWY OLEJU NAPĘDOWEGO DO SILNIKA DIESLA (CPV: 09134100-8)

Ogłoszenie na stronie internetowej: www.ekodolina.pl. SIWZ udostępnia się na stronie internetowej od dnia publikacji ogłoszenia w Dzienniku Urzędowym Unii Europejskiej do upływu składania ofert. Termin składania ofert upływa 4.09.2020 r. o godz. 13.30.

REKLAMA 009798462

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „NA WZGÓRZU”
ul. Morska 230, 81-006 Gdynia

ogłasza przetarg nieograniczony na:
remont balkonów w budynkach przy ul. Miłkowej 4, 6 i Paprykowej 10 w Gdyni

Specyfikacje przetargowe dostępne w siedzibie Spółdzielni w godz. 8:00-15:00.
Przetarg odbędzie się w siedzibie Spółdzielni w dniu 10.08.2020 r. o godz. 12:00.
Oferty należy składać do dnia 10.08.2020 r. do godz. 11:00.

REKLAMA 009799360

Zarząd „Społem”
Powszechnej Spółdzielni Spożywców w Kościerzynie

ogłasza
przetarg ofertowy nieograniczony

na sprzedaż nieruchomości stanowiących własność Spółdzielni, położonych nad jeziorem Garczyn – Łubiana, gmina Kościerzyna.

Oznaczenie nieruchomości oraz powierzchnia i cena wywoławcza: działka numer 1033 o powierzchni 1 585 m², cena wywoławcza 200 000 zł brutto (cena wywoławcza uwzględnia nakłady poniesione przez Spółdzielnię) oraz działka nr 1034 o powierzchni 1 654 m², cena wywoławcza 200 000 zł brutto (cena wywoławcza uwzględnia nakłady poniesione przez Spółdzielnię). Warunkiem zbycia każdej z działek jest również sprzedaż udziału w wysokości 1/17 części działki nr 1048 o ogólnej powierzchni 3 220 m², na której ustanowiona jest droga wewnętrzna, tj. 189 m² po cenie 10 zł netto za 1 m². Nr księgi wieczystej: GD1E/00007463/3 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Kościerzynie Wydział Ksiąg Wieczystych.

Działki nr 1033 i nr 1034 położone są w Łubianie poza częścią zwartej zabudowy w zespole zabudowy letniskowej zlokalizowanej nad jeziorem Garczyn. Posiadają kształt zbliżony do prostokąta – teren w miarę równy zalesiony (sosny ok. 30-40 lat) na działkach posadowione są również domki letniskowe nietrwale związane z gruntem, teren jest ogrodzony. W ewidencji gruntów działki zapisane jako Bp wyposażone w energię elektryczną oraz drogę utwardzoną z płyt drogowych betonowych z dostępem do jeziora (ok. 110 ha). Najbliższe otoczenie to zabudowa letniskowa, las, Ośrodek Wypoczynkowy wraz z Hotelem oraz jezioro Garczyn.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłata wadium w wysokości 20 000 zł (które zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia lub zwrócone na konto podane przez licytanta w terminie do 10.09.2020 r.) dla każdej działki na konto Spółdzielni urządzone w Banku Millennium nr 35 1160 2202 0000 0000 5564 3448 w terminie **do 31.08.2020 roku do godz. 14.00** oraz złożenie niezbędnych dokumentów wraz z wnioskiem dotyczącym ceny (minimalne postąpienie 2 000 zł) oraz terminem przekazania wylicytowanej ceny nie później jednak niż **do 30.10.2020 roku** (możliwość wydania działek od 1.10.2020 r.).

Przetarg odbędzie się w dniu 4.09.2020 w siedzibie Spółdzielni.

Zarząd Spółdzielni zastrzega sobie prawo do unieważnienia przetargu w całości lub części bez podania przyczyn.

Szczegółowe informacje na temat przetargu oraz nieruchomości można uzyskać pod nr. telefonu 58 686 27 15.

→ CZYTAJ

Strefa Biznesu

strefabiznesu.pl

AUTOPROMOCJA

Czytaj tak jak lubisz
dziennikbaaltycki.pl

Dziennik Bałtycki



Już w piątek 31 lipca z Dziennikiem Bałtyckim specjalny dodatek
Czwłowiek Roku 2019 / Samorządowiec 30 lecia
Zobacz, kogo w tym roku doceniła Kapituła

Dziennik Bałtycki

PATRONAT HONOROWY:



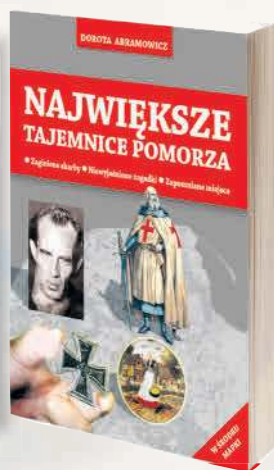
MIĘDZYSŁAW STRUK
MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

PARTNER:



GDAŃSK

WAKACYJNA PROMOCJA W KSIĘGARNI DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO



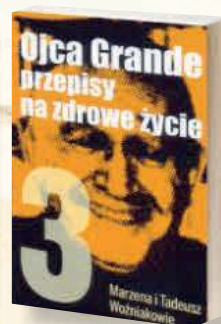
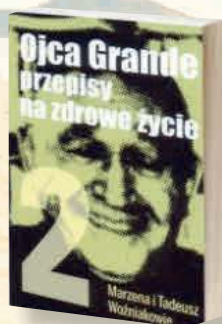
**pakiet
4 książek
za**

40 zł



**pakiet
3 książek za**

30 zł



**pakiet
3 książek za**

20 zł

**cena specjalna
~~19,90 zł~~**



**pakiet
2 książek za**

25 zł



10 zł

Książki do nabycia w księgarni Dziennika Bałtyckiego

Kliknij i kup



www.ksiegarnia.dziennikbaaltycki.pl

lub pod adresem mailowym: ksiegarnia@prasa.gda.pl

Możesz też zadzwonić pod nr tel. 502 499 054

Jak zwiększyć ilość błonnika w diecie, by zapobiegać hemoroidom?

Błonnik pokarmowy to części produktów roślinnych, które nie ulegają trawieniu. Dzięki temu wspomagają pracę jelit oraz łagodzą dolegliwości związane z hemoroidami, a także pomagają zapobiegać ich powstawaniu

Odżywianie

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka@polskapress.pl

Problem hemoroidów wynika z nadmiernego przekrwienia guzków krwawniczych i jest ściśle związany ze współczesnym stylem życia. Do jego rozwoju przyczyniają się bowiem czynniki, takie jak otyłość, przewlekłe zaparcia, dieta uboga w błonnik i siedzący tryb życia. Pozostają one w ścisłym związku ze sobą, dlatego leczenie hemoroidów polega przede wszystkim na zmianie stylu życia.

Działania warto zacząć od zmiany diety, wprowadzając jadłospis bogaty w błonnik pokarmowy, który nosi też nazwę włókna pokarmowego, substancji reszkowych lub balastowych. Ma on udowodnione działanie profilaktyczne przeciwko cukrzycy, chorobom układu krążenia i przewodu pokarmowego.

Gdzie znajduje się błonnik?

Błonnik jest niezbędnym składnikiem zdrowej diety, ale jego spożycie w Polsce stale się zmniejsza. Co prawda w większości produktów nie występuje w szczególnie dużych ilościach, ale odpowiednie spożycie niektórych z nich gwarantuje dostatek tego składnika. Jego źródłem są minimalnie nieprzetworzone pokarmy roślinne. To zboża, które zapewniają ok. 50 proc. błonnika zawartego w diecie, warzywa (30-40 proc.), owoce (ok. 16 proc.), oraz nasiona roślin strączkowych, orzechy i pestki (ok. 3 procent).

Jak działa włókno pokarmowe?

Błonnik to grupa związków będących pozostałością komórek roślinnych, które są odporne na działanie enzymów trawiennych i ulegają fermentacji z udziałem bakterii w jelicie grubym. W ten sposób odbywa się odzyskiwanie pewnych ilości energii - obecnie uważa się, że 1 g błonnika



Dieta bogata w błonnik powinna zawierać 1 kg warzyw i owoców, pełne ziarna zbóż, orzechy, nasiona i pestki

zapewnia do 2 kcal. Związki błonnikowe dzielą się na rozpuszczalne i nierozpuszczalne w wodzie. Pierwsze zwiększają objętość treści pokarmowej, natomiast drugie drażnią też ściany jelit, pobudzając ich perystaltykę i przyczyniając się do częstszych wypróżnień.

Błonnik na sprawne trawienie

Błonnik przeciwdziała zaparciom, ponieważ zmniejsza czas pasażu jelitowego i zwiększa objętość stolca. Jest skuteczny przy zaparciach atonicznych, czyli spowodowanych osłabieniem warstwy mięśniowej je-

lit, które wiążą się ze spowolnieniem ruchów perystaltycznych jelita grubego (przesuwających treść pokarmową). Wspomaga też prawidłową mikroflorę jelitową, kształtując odporność organizmu i wpływając niemal na wszystkie aspekty jego funkcjonowania. Korzystne działanie błonnika ma jednak miejsce tylko wtedy, gdy wraz z nim spożywa się odpowiednie ilości wody.

Dla kogo dieta wysokobłonnikowa?

Dieta obfitująca w błonnik, inaczej bogatoresztkowa, przyniesie korzyści osobom z najpowszechniej-

szymi problemami zdrowotnymi, choć w razie przyjmowania leków należy skonsultować się z lekarzem. Nie jest polecana w przypadku sta-

Dawki błonnika mające istotny wpływ na profilaktykę chorób to 20-30 g dziennie, a najlepiej 30-40 g na dzień. Ochronnie na układ pokarmowy działa już jego porcja wynosząca 25 g

nów zapalnych narządów układu pokarmowego i pooperacyjnych, przy niedoborach pokarmowych i chorobach zakaźnych.

Ponieważ niektóre ze związków błonnikowych (zwłaszcza zbożowych) wiążą cenne związki z pożywienia (w tym leki), ich nadmiar pogarsza wchłanianie składników mineralnych, takich jak wapń, żelazo czy cynk - choć mogą mieć działanie przeciwne, jak np. błonnik owocowy. Nadmiar błonnika nie jest więc wskazany głównie u kobiet w ciąży i karmiących piersią, dzieci i seniorów. Jako że włókno zawiera substancje fermentujące, jego spożycie (oraz wody) należy zwiększać stopniowo i systematycznie - inaczej mogą pojawić się wzdęcia, częste oddawanie gazów i bóle brzucha.

Zasady diety bogatoresztkowej

Produkty zalecane na diecie bogatoresztkowej to głównie te nieprzetworzone. Niewskazana jest natomiast żywność przetworzona, oczyszczona z błonnika i z wysoką zawartością tłuszczu, w tym produkty spowalniające perystaltykę jelit (m.in. kakao, czekolada, czerwone wino, czarna herbata, biała mąka). Dienne menu obejmuje: min. 1 kg warzyw i owoców, w tym 0,5 kg warzyw surowych lub gotowanych; 2-2,5 l napojów, najlepiej głównie wody, w tym 1 szkl. po wstaniu z łóżka; jeden posiłek wegetariański; porcję jogurtu z żywymi bakteriami kwasu mlekowego (najlepiej z dodatkiem świeżych owoców, orzechów, siemienia lnianego itp.) i nieprzetworzonego zboża w posiłkach, w tym kasze i płatki z całych ziaren oraz inne pełnoziarniste produkty zbożowe.

Nie zalecane są dodatki, takie jak otręby, łuski, proszki, tabletki i kapsułki błonnikowe. Nie są dobrą alternatywą dla zbilansowanej diety. Naruszają naturalne proporcje związków błonnikowych, które zapewniają właściwe tempo przesuwania się treści pokarmowej w jelitach, nie powodując zaparcia i nie pobudzając nadmiernie perystaltyki.

FOT. EINLAUDUNG.ZUM.ESEN/PIXABAY

POLECAMY

Karmienie piersią nie zawsze jest możliwe! **Warto wiedzieć, jakie są przeciwwskazania**

Karmienie piersią, choć najbardziej fizjologiczne, nie jest nie zawsze możliwe. Wyróżnić można dwa typy przeciwwskazań. Pierwsze wynikają ze stanu zdrowia dziecka, a drugie – mamy.

Karmienie mlekiem matki nie jest wskazane, gdy u noworodka stwierdzono wrodzoną nietolerancję laktozy (czyli cukru mlecznego składającego się z cząsteczki glukozy i galaktozy) lub galaktozemię, czyli nietolerancję galaktozy. W takim wypadku dziecko należy odżywiać za pomocą specjalnych bezlaktozowych mieszanek. Przeciwwskazaniem jest też całkowity rozszczep podniebienia, który uniemożliwia maluszkowi pobieranie pokarmu.

Kobieta nie może karmić piersią, jeśli choruje na raka piersi, zażywa leki przeciwnowotworowe lub ma zdiagnozowaną cytomegalię. Przeciwwskazaniem jest ciężkie zapalenie obu gruczołów piersiowych (jeśli stan zapal-

ny objął jedną pierś, można karmić mlekiem z drugiej), ciężka niewydolność krążenia i nerek oraz czynna gruźlica. Niektóre leki przyjmowane przez matkę (m.in. przeciwirusowe) także wykluczają karmienie piersią, podobnie jak ciężka choroba psychiczna, narkomania, czynny alkoholizm, zakażenie wirusem WZW typu A lub C, wirusem HIV i opryszczka w obrębie sutków. (MJ)



Karmienie mlekiem z butelki bywa koniecznością

Od pierwszych dni życia warto dbać o higienę jamy ustnej dziecka

U niemowląt otrzymujących mleko matki lub modyfikowane o higienę jamy ustnej należy dbać już od pierwszego karmienia. Po każdym podaniu pokarmu należy oczyścić z resztek bezzębnę dziąsła i język maluszka za pomocą gazika lub delikatnej szmatki zwilżonej przegotowaną i ostudzoną wodą. Wraz z pojawieniem się pierwszego zęba do higieny jamy ustnej wskazane jest włączyć szczoteczkę z wyjątkowo delikatnym włosiem. Ważnym na-

wykiem zapobiegającym próchnicy butelkowej jest oczyszczanie zębów zawsze przed snem i niepodawanie niemowlęciu butelki lub piersi w trakcie zasypiania. Kluczem jest regularność i dokładność. To bardzo ważne, gdyż fundamentem dla rozwoju próchnicy zębów stałych jest próchnica zębów mlecznych. Dzieje się tak, ponieważ pod mleczakami tworzą się zawiązki zębów stałych, które mogą zostać zainfekowane bakteriami próchnicotwórczymi. (MJ)

Czym jest mleko modyfikowane? Jego skład i dostępne rodzaje

Mleko modyfikowane to nic innego jak mleko krowie o tak zmodyfikowanym składzie, by jak najwierniej odwzorowywał pokarm mamy

Parenting

Martyna Jaros

martyna.jaros@polskapress.pl

Bezsprzecznie mleko kobiece jest najbardziej wartościowym pokarmem dla noworodka. Jego skład zapewnia w odpowiednich proporcjach wszystkie niezbędne do rozwoju maluszka substancje odżywcze i ochronne immunoglobuliny. Co więcej, zawartość tych składników w pokarmie zmienia się wraz z rozwojem malenistwa, stale odpowiadając jego potrzebom.

Gdy istnieją przeciwwskazania do karmienia naturalnego, jedyną możliwością odżywiania maluszka jest podawanie mleka modyfikowanego. Jego układ pokarmowy nie jest bowiem w pełni rozwinięty i nie radzi sobie z trawieniem mleka krowiego. Dodatkowo skład tego mleka nie odpowiada potrzebom dziecka.

Czym jest mleko modyfikowane?

Mleko modyfikowane to specjalnie przetworzone mleko krowie, którego skład zostaje odpowiednio zmieniony, by odpowiadał potrzebom organizmu dziecka, a wartością odżywczą przypominał pokarm kobiecy. Receptura mleka modyfikowanego jest regulowana prawnie. W rozporządzeniu zawarte są zalecenia odnośnie minimalnych i maksymalnych ilości konkretnych substancji odżywczych (np. białka, witamin), jakie mogą występować w produkcie oraz wskazane ich źródła. Wyszczególniony jest także wykaz związków odżywczych mogących wzbogacać podstawowy skład mleka (np. probiotyki).

Receptura wzorowana na mleku matki

Wartość odżywcza mleka modyfikowanego musi jak najbardziej przypominać walory mleka matki. Aby z mleka krowiego przygotować produkt o takich właściwościach, konieczne są liczne zmiany. Naj-



Decyzja o karmieniu niemowlęcia mlekiem modyfikowanym nie zawsze jest zależna od mamy. Dlatego nie należy od razu oceniać kobiety, która w ten sposób dba o maluszka

istotniejsze z nich to zmniejszenie zawartości białka i modyfikacja jego składu, a także obniżenie ilości sodu, chloru i potasu. Konieczne jest zwiększenie ilości węglowodanów (głównie laktozy), udziału tłuszczów nienasyconych (roślinnych) oraz kwasów omega-3, które są niezbędne do prawidłowego rozwoju mózgu i wzroku. Produkt wzbogaca się w witaminy, m.in. A, D, E i C, składniki mineralne, np. żelazo, cynk, jod, i substancje wspomagające rozwój (L-karnityna, tauryna). Często jest dodatek bakterii probiotycznych i substancji prebiotycznych (inulina), które stanowią pożywkę dla korzystnej mikroflory.

Dostępne rodzaje mleka modyfikowanego

Wyróżnia się trzy rodzaje mleka modyfikowanego: początkowe (oznaczane cyfrą 1 na opakowaniu), następne (2) oraz junior (3, 4, 5). Mleka początkowe są przeznaczone do żywienia noworodków od pierwszego dnia życia i niemowląt do ukończenia 6. miesiąca. Ich skład został szczególnie opracowany, aby odpowiadał wyjątkowym potrze-

JAK PRZYGOTOWAĆ PORCJĘ MLEKA?

Gotowego pokarmu nie wolno przechowywać, należy podawać zaraz po przygotowaniu. Najpierw trzeba umyć ręce wodą z mydłem oraz wygotować przez ok. 10 minut butelkę i smoczek. Następnie, zgodnie z przepisem zawartym na opakowaniu, do butelki należy odmierzyć porcję przegotowanej

i ostudzonej do temp. 40 stopni Celsjusza wody i mleka w proszku. Zamkniętą butelką należy wstrząsać przez ok. 10 sekund, aby składniki się połączyły. Temperaturę mleka warto sprawdzić na wewnętrznej części nadgarstka, a po karmieniu dokładnie umyć butelkę i smoczek.

bom małego brzuszka. Dla niemowląt, które rozpoczynają 7. miesiąc życia, odpowiednie jest mleko następne, które jest bardziej kaloryczne i nieco mniej zmodyfikowane, gdyż układ pokarmowy maluszka działa coraz sprawniej. To również okres, kiedy należy rozpocząć rozszerzanie diety niemowlęcia o pokarmy stałe. Kontynuując wprowadzanie nowej żywności można podawać mleko typu junior, a po pierwszych urodzinach stopniowo zamieniać je na krowie.

Mleka dla niemowląt ze specjalnymi potrzebami żywieniowymi mają nieco inny

skład. Dla niemowląt z wysokim ryzykiem wystąpienia alergii na białka mleka krowiego odpowiednie jest mleko HA (hipoalergiczne), które zawiera hydrolizowane białko. Jest ono łatwiejsze do strawienia i ma lepszą przyswajalność.

Mleka zastępcze A.R. (przeciwrefluksowe) zostały stworzone dla maluszków z tendencją do ulewiania. Po przygotowaniu mieszanka ma gęstszą konsystencję, co zapobiega cofaniu się jej z powrotem do buzi. Mleka bez laktozy to mieszanki przeznaczone dla maluszków z nietolerancją tego cukru. ©©

REKLAMA

009778277

GABINET BIOENERGOTERAPIIURSZULA TYŚLEWICZ | tel. 501 108 279
Gdynia, ul. Wybickiego 1/6

Jestem mistrzem bioenergoterapii, uzdrawiam już od 25 lat.

Oczyszczam osoby i domy z negatywnych energii, również na odległość.

Pomagam w odzyskaniu dobrej odporności organizmu, co skutkuje cofaniem się chorób i przewlekłych stanów zapalnych.

Odprowadzam zabłąkane Dusze.

Rozstępy na udach i pośladkach

To problem osób w różnym wieku, **nie tylko płci żeńskiej i tych, które zbyt szybko przybrały na wadze**

Uroda

Agata Orzelowska
redakcja@stronazdrowia.pl

Rozstępy to szczególny rodzaj blizn, które powstają na skutek pęknięcia zewnętrznych warstw skóry, co nie jest poprzedzone pojawieniem się ran. Mają wrzecionowaty kształt i wygląd poprzecznych pręg, czerwonych, różowych, a następnie sinych i białych – zależnie od fazy rozwoju. Im wcześniej zaczniesz się walczyć z nimi, tym lepsze efekty możesz uzyskać.

Najczęstszym problemem są rozstępy na udach i pośladkach, choć zmiany mogą pojawić się także na brzuchu, na piersiach, w okolicy łędźwi czy na ramionach. Problem rozstępów najczęściej dotyczy kobiet, choć zdarza się również u mężczyzn. Zmiany wahań masy ciała i poziomu hormonów, stąd kłopot z ni-

mi ma nawet 70 procent kobiet w ciąży. Zwalczanie rozstępów wymaga nieco pracy, a ich całkowita likwidacja nie jest do końca możliwa, choć da się je zminimalizować.

U kogo powstają rozstępy?

Problem rozstępów dotyczy nie tylko przyszłych matek, bo zmagają się z nimi również kobiety w okresie menopauzy. Zmiany skórne są też częste u obu płci w okresie dojrzewania, natomiast u mężczyzn powstają głównie na skutek nagłych zmian wagi. U sportowców i kulturystów zwykle ma to związek z szybkim przyrostem masy mięśniowej. Ubytki skóry mogą tworzyć się również na skutek przyjmowania sterydów, zmian fizjologicznych w organizmie i chorób.

Świeżo powstałe rozstępy mają kolor czerwony, po czym w fazie zapalnej stają się obrzęknięte i różowe. W fazie bliznowacenia ich barwa zmienia się na perłowo-białą, natomiast w fazie zaniku robią się za-



FOT. DOMENICO LERMO/123RF

Kluczowym elementem kuracji zwalczającej rozstępy na udach i zapobiegającej ich powstawaniu są regularne masaże kosmetykami wspomagającymi regenerację i jędrność skóry

padnięte oraz lekko pomarszczone.

Jak poprawić wygląd skóry na udach i pośladkach?

W zwalczaniu rozstępów na udach i pośladkach pomocne są masaże usprawniające mikrokrążenie krwi oraz przepływ limfy. Poprawiają one elastyczność skóry i sprawiają, że włókna kolagenowe

układają się w odpowiednim kierunku, przez co rozstępy tworzą się w mniejszym stopniu. Do masażu najlepiej używać balsamów i kremów zawierających składniki aktywne, takie jak ekstrakt z bluszczy, wawrońki azjatyckiej, kasztanowca, przywrotnika czy skrzypu polnego, a także witaminy, antyoksydanty oraz kofeinę.

Rozstępy mogą wówczas ulec redukcji, która będzie nawet o 40 procent większa niż w przypadku niestosowania balsamów przeciw rozstępom i masażu.

Do ujędrniania skóry służą masaże i specjalne szczotki z naturalnego włosa, przeznaczone do szczotkowania ciała na sucho. Zabieg wykonuje się posuwistymi ruchami w kierunku od dołu do góry. Najlepiej stosować go na całe ciało (oprócz miejsc, takich jak piersi i dekolt), ze szczególnym uwzględnieniem problematycznych rejonów. Nie tylko pobudza on mikrokrążenie krwi, ale też usuwa martwy naskórek. W celu stopniowego spłycania ubytków skóry dobrze też wykonywać regularny peeling, a następnie masaż przy użyciu oliwy z oliwek, oleju migdałowego czy oliwki do ciała.

Zabiegi profesjonalne

Jeżeli domowe sposoby na rozstępy okazują się mało skuteczne, pozostaje rozwią-

zanie, takie jak zabiegi medycyny estetycznej. Gdy rozstępy znajdują się w fazie zblizniania (czyli z czerwonych stają się białe), można zastosować mechaniczne albo chemiczne złuszczenie naskórka w miejscu, gdzie są widoczne. Zabieg taki najbezpieczniej przeprowadzić w gabinecie kosmetycznym za pomocą stężonych kosmetyków (np. kwasu glikolowego). Podobne efekty można też uzyskać poprzez regularne stosowanie preparatów drogeryjnych, choć trzeba na nie poczekać. W salonach kosmetycznych dostępne są też zabiegi, takie jak dermabrazja (głębokie złuszczenie skóry), a także mezoterapia i terapia laserowa. Niestety, jeżeli rozstępy są w ostatniej fazie, czyli tworzenia się blizn, nie da się usunąć ich całkowicie nawet za pomocą metod inwazyjnych. Zabiegi sprawiają jednak, że skóra staje się bardziej jędrna i gładka, a przez to rozstępy są mniej widoczne. ©©

PROFILAKTYKA

Skorzystaj z szansy! **Bezpłatne badania cytologiczne i kolonoskopowe dla mieszkańców Pomorza**

Jeszcze tylko przez 5 miesięcy mieszkańcy województwa pomorskiego mają szansę na wykonanie darmowych badań cytologicznych i kolonoskopowych w ramach projektów pn. „Profilaktyka raka szyjki macicy szansą na wydłużenie aktywności zawodowej mieszkańców województwa pomorskiego” oraz „Profilaktyka raka jelita grubego szansą na wydłużenie aktywności zawodowej mieszkańców województwa pomorskiego”.

Kampanie edukacyjne „Rzeczywistość zaskakuje. Nie daj się zaskoczyć! – zrób cytologię” i „Rzeczywistość zaskakuje. Nie daj się zaskoczyć! – zrób kolonoskopię” zostały zaainaugurowane przez COPERNICUS Podmiot Lecznicy w 2018 roku. Od tego czasu wykonano ponad 6500 badań cytologicznych i 3922 badania kolonoskopowe, a także przeprowadzono 13 268 indywidualnych spotkań informacyjno-edukacyjnych.

Do udziału w projekcie – na darmowe badania cytologiczne organizator zaprasza aktywne zawodowo kobie-

ty w wieku 25-59 lat, mieszkające w województwie pomorskim, które w ciągu ostatnich 3 lat nie miały wykonywanej cytologii w ramach programu przesiewowego finansowanego przez NFZ. Zapisów na badania można dokonywać poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie www.cytologia-pomorze.pl lub poprzez kontakt telefoniczny z infolinią pod numerem 58 727 01 30.

W ramach drugiego projektu z bezpłatnych badań kolonoskopowych skorzystać mogą aktywni zawodowo mieszkańcy województwa pomorskiego w wieku 50-65 lat (którzy nie mają objawów raka jelita grubego), w wieku 40-65 lat (którzy mają w rodzinie krewnego pierwszego stopnia z rozpoznaniem raka jelita grubego) oraz w wieku 25-65 lat (z rodziny z zespołami genetycznymi) oraz którzy nie mieli wykonywanej kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat. By zapisać się na badanie wystarczy wypełnić formularz zgłoszeniowy na www.kolonoskopia-pomorze.pl lub zadzwonić na infolinię pod numer 58 727 01 30.

Od dwóch miesięcy na terenie województwa pomorskiego – w miejscach, w których zgłaszalność na badania profilaktyczne jest niska – w ramach kampanii pojawia się wyjątkowa wystawa. Do tej pory była prezentowana w Bytowie, Starogardzie Gdańskim i Kościerzynie. W kolejnych miesiącach będzie można obejrzeć ją w Tczewie i Gdańsku. Wystawa złożona jest z rysunków satyrycznych, które w humorystyczny sposób uświadamiają mieszkańców województwa pomorskiego o potrzebie wykonania badań profilaktycznych. Ich autorką jest trójmiejska rysowniczka Agnieszka Szczepaniak, pracująca pod pseudonimem PaplaLala.

Głównym realizatorem projektów jest COPERNICUS PL Sp. z o.o. – jeden z największych pomorskich samorządowych podmiotów leczniczych. Oba projekty współfinansowane są przez Unię Europejską w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego dla Województwa Pomorskiego na lata 2014-2020.

(RED)

REKLAMA

009784904



NORMOBARIS

**Pierwsza na Pomorzu
certyfikowana
komora normobaryczna**

**SKONTAKTUJ SIĘ
Z NAMI:**

✉ gdansk@normobaris.pl
☎ **539 315 300**

KORZYŚCI DLA ZDROWIA:

- spowolnienie procesów starzenia
- poprawa krążenia krwi
- redukcja stanów zapalnych
- regeneracja uszkodzonych tkanek
- dotlenienie komórek nerwowych
- i o wiele więcej



Weź głęboki wdech dla Twojego zdrowia

Walczą o głosy swoich klien

Plebiscyt

W wielkim plebiscycie Mistrzowie Urody głosami klientów zostaną wybrani najlepsi fachowcy w branży w naszym województwie. Dziś prezentujemy liderów rankingów po pierwszych dwóch tygodniach głosowania.

Kolejna edycja akcji cieszy się rekordowym zainteresowaniem. W tym roku nasi Czytelnicy do prestiżowych tytułów nominowali na Pomorzu ponad 2700 kandydatów. Zadowoleni klienci nie tylko chętnie wskazali swoich faworytów, lecz także oddają na nich głosy. Dzięki temu rankingi zmieniają się bardzo dynamicznie.

W przypadku kategorii Fryzjer Roku, Kosmetyczka Roku, Stylistka Paznokci Roku oraz Salon Fryzjerski Roku i Studio Urody Roku, w których głosowanie jest prowadzone osobno w miastach i powiatach dziś przedstawiamy kandydatów, którzy dotychczas zdobyli najwięcej głosów w skali regionu. Prezentujemy także liderów wojewódzkich rankingów w pozostałych kategoriach plebiscytu. Jeszcze więcej osób z czołowych miejsc rankingów

przedstawimy już w najbliższy wtorek w specjalnym dodatku, w którym zamieścimy pełne listy nominowanych. Listy te nie są jeszcze zamknięte. Do najbliższego piątku można zgłaszać nowych kandydatów wypełniając formularz dostępny przy aktualnych wynikach głosowania na naszej stronie www.dziennikbaltycki.pl/uroda. Także tam warto zobaczyć wideorozmowy z osobami, które dotychczas zdobyły najwięcej głosów.

Pierwszy etap głosowania w miastach i powiatach zakończy się w 12 sierpnia. Zwycięzcy awansują do wojewódzkiego finału. 25 sierpnia poznamy laureatów we wszystkich kategoriach plebiscytu, którzy 19 września odbiorą statuetki i nagrody na głównej scenie podczas Międzynarodowych Targów Fryzjerskich i Kosmetycznych BEAUTY DAYS w Ptak Warsaw Expo - największego wydarzenia dedykowanego branży kosmetycznej i fryzjerskiej w Europie Centralnej. Niezależnie odbędzie się uroczyste regionalne wręczenie nagród, na które zostaną zaproszeni laureaci z miast i powiatów naszego regionu.

(R)

MAKE-UP ARTIST

Monika Czapiewska

**Brusy
Salon Kosmetyczny
Laurent**

Monika Czapiewska w Salonie Kosmetycznym Laurent w Brusach pracuje od stycznia tego roku. W swojej pracy uwielbia upiększać kobiety twarze. - Studiowałam kosmologię i choć nie ukończyłam nauki, jakoś tak mi zostało, że lubię to co robię. Najbardziej wyzwania. Lubię odważne makijaże, więc jeśli klientka godzi się na taki, bardzo się cieszę - zdradza pani Monika, której wystarczy tylko powiedzieć na jaka uroczystość się wybieramy. - Niedawno miałam klientkę, która poprosiła o makijaż na bal przebierańców - dodaje i przyznaje, że w tej pracy najważniejsze jest zadowolenie klientek. - Najbardziej cieszę się, kiedy po wykonaniu makijażu podaje klientce lustro i widzę, że to co zrobiłam, podoba się - mówi Czapiewska.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Zdaniem pani Moniki, Polki które malują się same w domu popełniają dwa poważne błędy. - Najczęściej źle dobierają podkład. Chcą mieć ciemniejszą karnację niż w rzeczywistości, a to duży błąd. Podobnie jest z brwiami. Wiem, że kiedyś były modne bardzo cienkie. Moda przemija i teraz to poważny błąd - wylicza pani Monika i zaznacza, że inspiracji do nowych makijaży szuka w internecie.

LINERGISTKA

Iwona Sokołowska

**Rumia
Sokołowska - Classic &
Permanent Make Up**

- Jestem linergistką, wykonuję makijaż permanentny oraz tatuaż. Moja droga kariery miała swój początek w miłości do rysowania oraz estetyki - mówi pani Iwona Sokołowska, właścicielka salonu Classic & Permanent Make Up. - Ukończyłam kursy w zakresie makijażu permanentnego oraz szkolenie z wykonywania tatuażu pod okiem renomowanego tatuażysty z Rumi Krzysztofa Dawidowskiego. Pani Iwona prowadzi własną działalność od października zeszłego roku, w zakresie wykonywania tatuaży posiada 4-letnie doświadczenie. Największą satysfakcję sprawia jej wykonywanie makijażu permanentnego. - Najlepszym aspektem tej pracy jest właśnie metamorfoza klientek i ich reakcja po tym, jak zobaczą efekt po zabiegu - mówi pani Iwona.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

- Zabieg rozpoczynamy od omówienia przeciwwskazań, tego jak wygląda zabieg. Następnie wykonujemy rysunek wstępny, aby klientka mogła zobaczyć, jak będzie wyglądała. Kolejnym etapem jest pigmentacja. Jak przyznaje pani Iwona, swoją pracę najbardziej lubi za uśmiech klientów, który daje jej największą satysfakcję. Do salonu przychodzą stałe klientki, które polecają usługi pani Iwony innym.

MASAŻYSTA

Przemysław Karolkiewicz

**Reda
Baltika Day Spa**

Przemysław Karolkiewicz odpowiada za prowadzenie jednego z punktów Spa w Ośrodku Przygotowań Olimpijskich w Cetniewie, a także pracuje jako terapeuta, wykonuje zabiegi lecznicze i kosmetyczne w Baltika Day Spa w Redzie. - Na co dzień w gabinecie spotykam się z różnymi problemami zdrowotnymi. Lubię wykonywać zabiegi, pomagać osobom cierpiącym z powodu bólów kręgosłupa. Największą satysfakcję sprawia mi właśnie pomoc drugiemu człowiekowi - kiedy ktoś przychodzi z ogromnym bólem i czasem nawet tego samego dnia nie odczuwa bólu. Widać wtedy w oczach pacjenta podziękowanie i radość - mówi. W obecnej firmie pracuje od ponad trzech lat. - Pomysł na karierę terapeuty zrodził się kilka lat temu, kiedy kształciłem się w zakresie ekonomii.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Stwierdziłem jednak, że raczej nie będę z tym wiązał przyszłości, a z racji tego, że zawsze łatwiej przychodziło mi zdobywanie wiedzy z zakresu zagadnień medycznych, to postanowiłem, że pójdę w tym kierunku. Uczyłem się na technika masażystę oraz kształciłem się na wydziale fizjoterapii. Później zrobiłem dodatkowe kursy, aby pogłębić swoją wiedzę i jak najlepiej pomagać pacjentom w przyszłości - tłumaczy pan Przemysław.

STYLISTKA RZĘS

Magdalena Werner

**Gdańsk
Stylizacja Rzęs
Magdalena Werner**

Pani Magdalena Werner stylizacją rzęs zajmuje się od przeszło 3 lat i prowadzi własny gabinet na gdańskim Przymorzu. - Wszelkie moje umiejętności zdobyłam na szkoleniach prowadzonych przez czołowe marki zajmujące się szkoleniami stylistek rzęs - tłumaczy pretendentka do tytułu Mistrzyni Urody. - Przez ten czas zdobyłam ogromną wiedzę, doświadczenie oraz zaufanie klientek. Pani Magdalena jest w stanie zawsze dobrze doradzić paniom odwiedzającym jej salon, dzięki temu te wychodzą z niego piękniejsze i szczęśliwsze. Zaznacza, że sam zabieg przedłużania rzęs jest całkowicie bezpieczny i bezbolesny oraz pozwala zaoszczędzić czas, którego w dzisiaj-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

szych czasach mamy coraz mniej. Objętość, skręt i długość rzęs jest dostosowywana do ich kondycji oraz osobistych preferencji klientek. - Dzięki zróżnicowanym technikom oraz metodom można uzyskać pięknie wystylizowane i podkreślone oko - mówi nasza liderka. Oprócz tematyki beauty bez reszty pochłaniają ją zagadnienia związane z kryminologią i kryminalistyką.

BARBER

Weronika Styn

**Gdynia
Fire Barber Shop**

Wśród Barberów najwięcej głosów ma Weronika Styn z Fire Barber Shop w Gdyni. - Na co dzień zajmuję się stryżeniem męskim - barberingiem. Od w sumie siedmiu lat jest to moja praca, ale i więc to jest moje główne zainteresowanie. A poza tym interesuje się także fotografią i podróżuję - mówi nasza liderka. Wybór zawodu Barbera przyszedł do niej naturalnie. - Chodziłam do szkoły fryzjerskiej i miałam praktyki w salonie damsko-męskim, ale z wielu przyczyn zdecydowałam zostać przy fryzjerstwie męskim. Teraz z perspektywy czasu widzę, że była to najlepsza decyzja ponieważ sprawia mi to naprawdę dużą przyjemność. Dlatego zaczęłam dalej się uczyć, uczęszczając na różnego rodzaju szkolenia, ale przede wszystkim ucząc się od in-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

nych! - mówi pani Weronika. Swoją dąży szczególnie do uwielbienia, ale najbardziej ceni w niej sobie: - Kontakt z człowiekiem. Każdego dnia poznaję kogoś innego i ciekawego. Tutaj nie sposób się nudzić! To miejsce, w którym mogę się trochę też artystycznie wyżyć. Każdy z naszych klientów jest różny i do każdego podchodzimy indywidualnie. Ja patrzę na głowę trochę jak na dzieło sztuki, w którym mogę coś wyrzeźbić.

tów i tytuły Mistrzów Urody

MISTRZ TATUAŻU

Krystian Mariusz Te (Rychu)

Gdańsk
Mistrzowie Tattoo

Krystian Mariusz Te, znany w środowisku tatuażowym jako Rychu, wybił się na prowadzenie w kategorii Mistrz Tatuażu. Trudno się dziwić, wszak ten doświadczony artysta potrafi podjąć się każdego zadania, a na ciele odwzorować ze zdjęcia nawet portret dziecka.

Jest w stanie przenieść na skórę każdy pomysł, z jakim przychodzą do niego klienci, a sporządzenie projektu, który ich zadowoli, trwa z reguły kilka chwil. Z reguły nie sięga po gotowe szablony z katalogów, lecz większość prac pochodzi z jego własnych zbiorów niepowtarzalnych projektów. Na co dzień swoje prace wykonuje w gdańskim salonie Mistrzowie Tattoo, ale od czasu do czasu swój talent prezentuje również



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

na tatuażowych konwencjach. Co ciekawe bywalcy studia chwala „Rycha” nie tylko za jego fach w rękę, ale również za śpiew i gust muzyczny, co oznacza, że swoim konkurentom poprzeczkę podniósł bardzo wysoko. Jego głównym rywalem w kategorii jest obecnie Krzysztof Dawidowski ps. Owca, który pracuje w bliźniaczym salonie w Rumi.

SALON URODY

Secret Avenue



Gdańsk
Secret Avenue,
ul. Partyzantów 3

Secret Avenue to salon kosmetyczny, w którym można skorzystać z wielu nowoczesnych i bardzo skutecznych zabiegów kosmetycznych, wykonywanych na nowoczesnych, certyfikowanych urządzeniach z najwyższej światowej półki. Ten wyjątkowy instytut urody w swojej ofercie ma nie tylko rzęsy w stylu swojej ambasa-

dorki Joanny Krupy, stylizację paznokci, powiększanie ust czy zabiegi odmładzające na twarz i wyszczuplające na ciało. Wykwalifikowani kosmetolodzy i kosmetyczki zawsze służą pomocną radą i fachową opieką. Wiele usług oferowanych w Secret Avenue zapewnia długotrwałe efekty nawet po jednorazowym zabiegu, co przedstawia się szczególnie atrakcyjnie dla osób chcących zapewnić sobie odrobinę relaksu i luksusu.

SALON FRYZJERSKI

Fast Fade Barber



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Gdańsk
Fast Fade Barber
ul. Cieszyńskiego 38 /lokal nr.18 Pasaż Chełmski

Fast Fade Barber powstał - jak piszą sami o sobie jego założyciele - z przyjaźni i szczerzej pasji do barberingu. Najwięcej przyjemności sprawia im właśnie dbanie o męski wizerunek. - Prawdziwi mężczyźni doskonale wiedzą, czego potrzebują, a my jesteśmy po to, żeby spełnić wszystkie ich oczekiwania.

Zapraszamy do nas. Prowadzimy również szkolenia barberskie. Nominacja w plebiscycie jest dla salonu wielkim wyróżnieniem: - Jest to dla nas wielkie zaskoczenie i ogromna radość. Jesteśmy nowym salonem, który powstał 15 stycznia tego roku. Tak szybko i tak wspaniały odzew od naszych klientów jest niesamowity. Jesteśmy szczerze zaszczyceni takim wyróżnieniem. Uwielbiamy kontakt z klientem.

STYLISTKA PAZNOKCI

Joanna Kustra

Gdynia
Euphoria Nails
by Joanna Kustra

Obecnym liderem w naszym plebiscycie Mistrzowie Urody w kategorii Stylistka Paznokci jest Joanna Kustra z salonu paznokcie Euphoria Nails by Joanna Kustra w Gdyni. Nasza liderka o nominacji w plebiscycie dowiedziała się od swoich klientek. - O nominacji dowiedziałam się za pomocą mediów społecznościowych. Moje Kochane klientki zaczęły przysyłać mi wiadomości o plebiscycie i tak się o wszystkim dowiedziałam. Wciąż nie wiem kto mnie nominował, ale jest mi bardzo z tego powodu miło. Pierwszy raz w życiu biorę udział w takim konkursie. Dzięki temu poczułam się niesamowicie doceniona! - mówi pani Joanna. Praca dla niej jest prawdziwą życiową pasją. Od początku wiedziała, że to jest to czym powinna się



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

w życiu zajmować: - Kiedy miałam 15 lat Mama kupiła mi pierwszy zestaw do robienia paznokci i od razu wiedziałam, że to jest to. Pierwsze paznokcie zrobiłam właśnie mamie i tak została moją pierwszą klientką. To wszystko wyszło bardzo naturalnie i tak już zostało. Teraz z perspektywy czasu mogę powiedzieć, że jestem z tego szczerze zadowolona. Każdą wolną chwilę Joanna spędza za swoim synem.

FRYZJER

Mariola Duliban

Kwidzyn
Duliban Studio Fryzjerskie

Mariola Duliban jest liderką naszego plebiscytu Mistrzowie Urody 2020 w kategorii Fryzjer Roku. Zawsze miała uzdolnienia manualne, a z wykształcenia jest pielęgniarzem-wikliniarzem. Prawdziwą radość daje jej jednak zawód fryzjera, w którym pracuje już od siedmiu lat. - Ukończyłam Technikum Fryzjerstwa i dodatkowo kurs na poziomie zaawansowanym. Pochłaniałam wiedzę bardzo szybko i zamieniałam pracę w pasję. Uwielbiam to robić! Spełniam się zawodowo - mówi Mariola Duliban. Jak podkreśla, największą radość daje jej zadowolenie klientów, uśmiech na ich twarzach, no i to, że wracają. - Najważniejsze w mojej pracy jest zrozumienie klienta, wyuczucie, czego oczekuje, ale także dokładność wykonanej usługi. A co jest najtrudniejsze w za-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

wodzie fryzjera? - Tak naprawdę nie wiem, bo jeśli mamy wiedzę, to wszystko przychodzi z łatwością - dodaje. Poza fryzjerstwem, w życiu prywatnym, nasza laureatka uwielbia podróżować i możliwość odkrywania nowych miejsc. A co zmieniło się od zwycięstwa w ubiegłorocznym plebiscycie w powiecie kwidzyńskim? - W tym roku poszłam o krok dalej i otworzyłam swoje własne Studio Fryzjerskie „Duliban” - podsumowuje.

KOSMETYCZKA

Paulina Litwin

Gdańsk
Wspaniałe SPA

Wśród kosmetyczek najczęściej głosów ma Paulina Litwin z Wspaniałego SPA w Gdańsku. - Nie mam pojęcia kto mnie nominował, ale była to dla mnie prawdziwa niespodzianka! Byłam w szoku, ale jednocześnie też bardzo szczęśliwa. To dla mnie duże zaskoczenie, ale i bardzo przyjemne uczucie. Pierwszy raz jestem tak wyróżniona - mówi. Od najmłodszych lat nasza liderka interesowała się urodą. Kiedy zaczęła dorastać, zaczęła interesować się tym na poważnie. - Od razu zdecydowałam, że będę studiować kosmologię i podczas nauki już do końca się przekonałam, że to jest to i że właśnie to, co chcę robić. Największą satysfakcję dają mi efekty wykonanej pracy. Uwielbiam to uczucie i nie boję się podejmować nowych wyzwań. Wykonuję zabiegi na twarz, ale dodatko-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

wo świetnie się też czuję w pielęgnacji stóp czy dłoni. W wolnym czasie pani Paulina uwielbia podróżować i podziwiać piękne widoki, w szczególności nocą gwiazdy na niebie: - Ja po prostu nie usiedzę długo w domu. Kiedy tylko jest ładna pogoda wychodzę. Każdą wolną chwilę spędzam aktywnie np. na kajakach czy rowerach wodnych. Uwielbiam też tańczyć i kocham wycieczki w góry. Jeśli wypoczywać to tylko aktywnie! - zaznacza.

Nagrody dla ludzi teatru

Grażyna Antoniewicz
g.antoniewicz@prasa.gda.pl



Teatr

Nagrody Teatralne Miasta Gdańska oraz Marszałka Województwa Pomorskiego zwykle wręczone są w marcu w Międzynarodowym Dniu Teatru, tym razem uroczystą galę z powodu pandemii przeniesiono na 27 lipca.

- To wyjątkowa edycja. Czas jest szalenie dziwny i bardzo trudny. Wszyscy mamy niepokoje, w tym i ja. Wy, jako artyści, na pewno też musicie się mierzyć z niejednymi lękami - powiedziała prezydent Gdańska Aleksandra Dulkiewicz podczas uroczystej gali, która odbyła się w Starej Aptece - sąsiadującej z Malarnią scenie Teatru Wybrzeże. - Z jednej strony to zamknięcie wyzwoliło bardzo dużo zła - złych emocji i wspomnianych lęków, ale z drugiej - wyzwoliło dużo dobra. Obserwowałam coś, z czego jestem szalenie dumna. W roku 40-lecia „Solidarności” narodziła się solidarność przez małe „s” - kiedy wielu wolontariuszy i wolontariuszek, w różnym wieku, ruszyło na pomoc tym, którzy nie mogli sami np. zrobić zakupów.

Przedstawienie Roku

Nagrodę Teatralną Miasta Gdańska otrzymali: Edyta Janusz-Ehrlich za rolę Wróżki w przedstawieniu „Pinokio” w reżyserii Pawła Szkotaka, w Miejskim Teatrze Miniatura i Damian Styrna za scenografię do spektaklu „Pinokio” w reżyserii Pawła Szkotaka, w Miejskim Teatrze Miniatura oraz Piotr Biedroń za rolę Biffa w „Śmierci komiwojagera”. Odbierając nagrodę laureat powiedział: Dziękuję członkom kapituły, że docenili tę rolę, bo była ona dla mnie bardzo, bardzo ważna, a tak szczególnie chciałbym podziękować Ani Kociarz i Jarkowi Tyrańskiemu oraz Radkowi Stępniewi reżyserowi, o którym na pewno będzie głośno, zobaczycie, bo to jest wybitny człowiek. Chciałbym też podziękować Mirkowi Bace, bo bardzo dobrze mi się z nim współpracowało i... traktował mnie po ojcowsku. Dziękuję też panu dyrektorowi, który dziewięć lat temu z górala zrobił gdańszczanina.

Honorową nagrodę dla Przedstawienia Roku otrzymał spektakl „Śmierć komiwojagera” Arthura Millera w reżyserii Radka Stępnia (Teatr Wybrzeże).



To była uroczystość jedyna w swym rodzaju. Laureaci i publiczność w maseczkach...

Lata na scenie

Ponadto, jubileuszowe Nagrody Prezydenta Gdańska w Dziedzinie Kultury otrzymali: Małgorzata Brajner (25-lecie pracy artystycznej), Anna Kociarz (20-lecie pracy artystycznej), Mirosław Krawczyk (40-lecie pracy artystycznej), Jacek Labijak (35-lecie pracy artystycznej), Robert Ninkiewicz (30-lecie pracy artystycznej), Maciej Szemiel (40-lecie pracy artystycznej), Jarosław Tyrański (35-lecie pracy artystycznej), Zdzisław Górski (całokształt pracy artystycznej oraz 70-lecie urodzin), Wioleta Karpowicz (całokształt pracy artystycznej), Jacek Majok (30-lecie pracy artystycznej) oraz Wojciech Stachura (całokształt pracy artystycznej).

Karmaniola obsypana

Podczas gali wręczono także Nagrody Teatralne Marszałka Województwa Pomorskiego za wybitne osiągnięcia w dziedzinie teatru w województwie pomorskim.

- Lista problemów, zadań i wyzwania, jakie postawił przed nami koronawirus SARS-CoV-2, jest bardzo długa. Wprowadzone obostrzenia mocno doświadczyły instytucje kultury, a zwłaszcza teatry. Staramy się przeciwdziałać i łagodzić skutki obecnego kryzysu i w miarę możliwości oraz środków, które

również i u nas są ograniczone, chcemy wspierać kulturę - powiedział marszałek Mieczysław Struk.

Nagroda ma wymiar finansowy - wynosi 10 tys. zł, przyznawana jest w trzech kategoriach: za najlepszą kreację aktorską, realizację sceniczną i reżyserię. Paweł Aigner otrzymał nagrodę za reżyserię spektaklu „Karmaniola, czyli od Sasa do Lasa”, „za świetnie zbudowane, błyskotliwe i dopracowane na każdej płaszczyźnie widowisko muzyczne. Nagrodzono też Agatę Bykowską za rolę Maryni w spektaklu „Karmaniola, czyli od Sasa do Lasa”, „za lekkość i swobodę sceniczną oraz świetne partie wokalne”. A także Katarzynę Figurę za tytułową rolę w spektaklu „Fedra”, „za wielki kunszt sceniczny i perfekcyjne poprowadzenie stworzonej postaci.”

Nagrodę Teatralną Marszałka Województwa Pomorskiego im. prof. Jana Ciechowicza, która przyznawana jest młodym utalentowanym, rokującym wielkie nadzieje artystom otrzymała Monika Janik, aktorka Nowego Teatru im. Witkacego w Słupsku, za wykreowanie wybitnych, wrażliwych i zarazem dojrzałych kreacji na słupskiej scenie, w tym za rolę Porcji w spektaklu „Kupiec wenecki” Williama Szek-

spira w reżyserii Szymona Kaczmarka.

Przedstawieniem Roku 2019 został „Kupiec wenecki” Williama Szekspira w reżyserii Szymona Kaczmarka, spektakl Nowego Teatru im. Witkacego w Słupsku - jest to Nagroda Honorowa i nie ma wymiaru finansowego. Nagrodę stanowi dzieło sztuki jednego z uznanych artystów związanych z naszym regionem, w tym roku jest to praca Pera Oscara Gustava Dahlberga.

Odbierając ją dyrektor słupskiego teatru Dominik Nowak powiedział: - Chciałbym podziękować w imieniu całego zespołu za tę nagrodę. Jest to niezwykle ważne dla nas, bo otrzymujemy jakieś poświadczenie, że droga, którą wybraliśmy kilka lat temu, a która nie jest zbyt prosta, ani zbyt oczywista, że warto nią podążać. Myślę, że ta nagroda również przypomina, że województwo pomorskie nie kończy się na Trójmieście. Zapraszamy do Słupska, 10 października otwieramy nową siedzibę naszego teatru.

Zasłużeni dla kultury

Nagrody Specjalne Marszałka Województwa Pomorskiego dla osób zasłużonych dla kultury otrzymali: Alina Kietrys z podziękowaniem za wieloletnie zaangażowanie w sprawy pomorskiej kultury oraz promo-

wanie dokonań pomorskich środowisk twórczych i artystycznych, Ewa Nawrocka z wyrazami uznania i wdzięczności za wieloletnią twórczą obecność w pomorskim życiu akademickim, teatralnym i literackim oraz aktor Ryszard Jaśniewicz za wieloletnią, nieustraszoną twórczą aktywność na scenach teatralnych Pomorza. - Dziękuję kardiochirurgom z gdańskiego UCK, za to, że dziś tu jestem - powiedział Ryszard Jaśniewicz. - A teraz trochę historii, zaczęło się od Teatru Miniatura, 60 lat temu, potem: Kraków, Wrocław, Zielona Góra, Teatr Wybrzeże, dyrekcja Teatru Dramatycznego w Słupsku, dyrekcja Centrum Edukacji Teatralnej w Gdańsku, Théâtre Les Déchargeurs w Paryżu, ...zawał. I dalej: Teatr Miejski w Gdyni, mój własny, gdański Teatr z Polski 6, kilka premier, ...operacja serca. I znów: Scena w Domu Zarazy w Oliwie, w ciągu 11 lat - 14 monodramów, warsztaty recytatorskie i w styczniu tego roku ... kolejna operacja serca. A że teatr wciąż mnie woła, więc jestem, zapraszając na kolejną premierę, we wrześniu. Tytuł: „Wariat”. Cóż... Teatr... Gram, bo jestem aktorem, a ze sceny zejść wtedy, gdy na najwyższej Scenie potrzebować będą Don Juana, Samuela, Odysa, Edypa, Starego Aktora, Wariata...

Czas na modernizację

Podczas uroczystej gali prezydent Gdańska Aleksandra Dulkiewicz wręczyła dyrektorowi Teatru Wybrzeże Adamowi Orzechowskiemu decyzję o przyznaniu dotacji zgodnie z uchwałą Rady Miasta Gdańska z 25 czerwca 2020 roku w wysokości 10 mln zł na modernizację Dużej Sceny Teatru Wybrzeże, natomiast Marszałek Województwa Pomorskiego Mieczysław Struk i Prezes Zarządu Pomorskiego Funduszu Rozwoju Sławomir Koprowski przekazali pozytywną decyzję pożyczkową Pomorskiego Funduszu Rozwoju Sp. z o.o. dotyczącą finansowania inwestycji w kwocie 25 mln zł. Modernizacja sceny ma potrwać dwa lata i kosztować 55 milionów złotych. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, Duża Scena zostanie otwarta w drugiej połowie 2022 roku. Do tego czasu spektakle i wydarzenia teatralne odbywają się na scenie Malarnia i Stara Apteka w Gdańsku, na Scenie Kameralnej w Sopocie, oraz - w okresie wakacyjnym - na Scenie Letniej w Pruszczu Gdańskim.

Tegoroczną galę prowadzili Magdalena Gorzelańczyk i Adam Turczyk, a mikrokoncert wykonała Agata Bykowska. Uroczystość zakończono zwiedzaniem zmodernizowanej Sceny Malarnia. ©©

Z ŻYCIA GWIAZD

CELEBRYCI

Tatiana Okupnik w serii filmików dla kobiet

Piosenkarka od kilku miesięcy opowiada w nagraniach na Instagramie o trudach związków z porodem i macierzyństwem. W ten sposób chce dać do zrozumienia kobietom zmagającym się z podobnymi problemami, że nie muszą one ukrywać swoich trosk i nie są z nimi same. „Sprzedaje się różowy obrazek macierzyństwa. W moim otoczeniu każda dziewczyna coś ma. I to nie jest tylko konfiguracja naszego otoczenia” - mówi Okupnik.



FOT. ANNA KACZMARZ

CELEBRYCI



FOT. SYLVIA DĄBROWA

Maffashion wypuściła nową kolekcję

Blogerka i projektantka mody pochwaliła się zdjęciami z sesji przedstawiającej jej nową kolekcję. Modelki mają na sobie białe, niebieskie żakiety w pionowe lub poziome pasy, część z nich jest też asymetrycznie skrojona. Oprócz oryginalnych marynarek znalazły się również zwiewne sukienki oraz proste T-shirty. Całość sfotografowana nad wodą wpisuje się w marynarski klimat.

Amerykańskie aktorki zachęcają do wyborów

Jennifer Aniston, Courteney Cox i Lisa Kudrow znane widzom z popularnego amerykańskiego serialu „Przyjaciecie” znów stanęły razem przed kamerą. Tym razem, aby swoich rodaków przekonać do pójścia na zbliżające się wybory, które mają zdecydować, kto na kolejne cztery lata będzie prezydentem Stanów Zjednoczonych. Amerykanie wybiorą głowę państwa 3 listopada 2020 roku.

CELEBRYCI



FOT. SYLVIA DĄBROWA

Patricia Kazadi trenuje z Anią Lewandowską

Trenerka i karateczka postanowiła wykorzystać lato, aby zachęcić do zatroszczenia się o zdrowie, sylwetkę i zrzuć zbędnych kilogramów. Aby lepiej promować tę akcję, do udziału zaprosiła znane twarze. Jedną z celebrytek, która obecnie ćwiczy z Anią Lewandowską jest Patricia Kazadi. W sieci pojawiło się nagranie, na którym prezenterka telewizyjna podejmuje wyzwanie trenerki i krzyczy za nią: „Jestem gotowa zgubić te zbędne kalorie”.

TV HIT

FILM



Słodki kraj

TVP KULTURA 20:00

Sam jest Aborygenem, który dostaje ofertę pracy. Nie zdaje sobie sprawy, że jego pracodawca jest nieuczciwy. Sam nie może się z nim dogadać, a ich kontakty stają się coraz bardziej napięte.

SERIAL



Zemsta o jasnych oczach

TVP 2 21:55

Ktoś zabija Béatrice i porywa 10-letnią Lou. Olivia musi uciekać przed policją. Śledztwo w sprawie śmierci i porwania prowadzi Jérôme. Jest on przekonany, że Olivia zamordowała Béatrice.

FILM



Facet z odzysku

TVP 2 20:10

Owen, zdradzony przez Chloe, wyjeżdża do Los Angeles. Poznaje Nadine. Z czasem przyjaźń zamienia się w uczucie. Tymczasem skruszona Chloe chce wrócić do Owena.

FILM



Kocham cię, Beth Cooper

POLSAT 22:40

Podczas akademii z okazji zakończenia nauki w liceum szkolny prymus wyznaje miłość przed policją. Śledztwo w sprawie śmierci i porwania prowadzi Beth, która zgadza się przyjść do chłopca na imprezę.

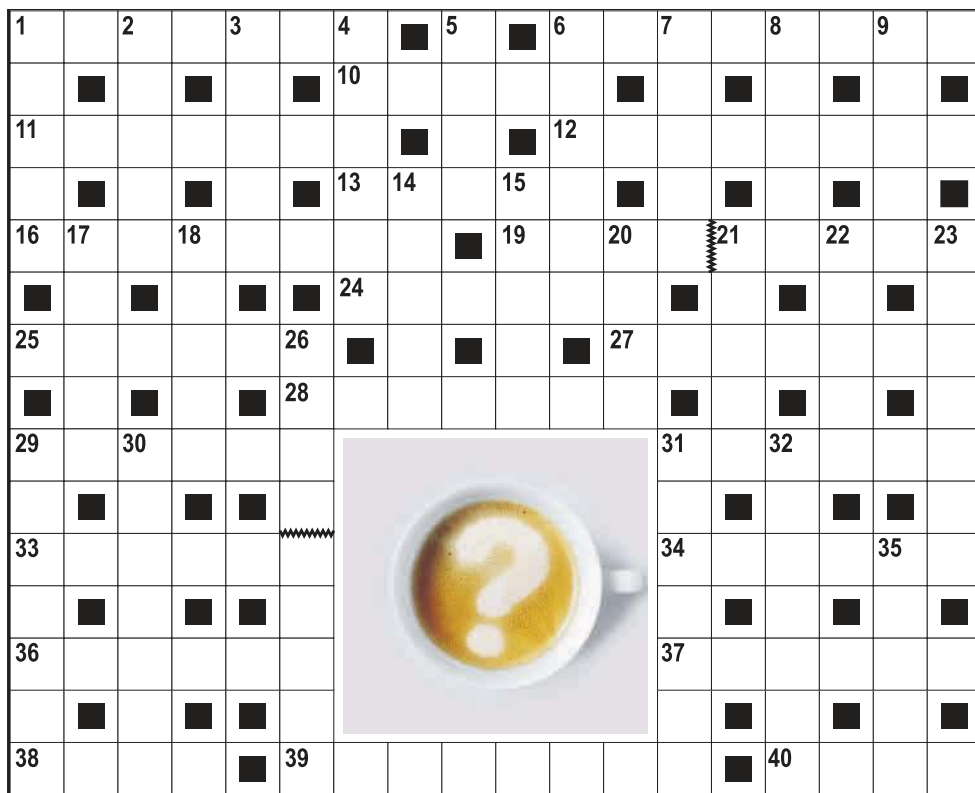
Krzyżówka nr 116

Pozियो:

- 1) sprzęt lekkoatletyczny jak dawna broń,
- 6) skromność w zachowaniu,
- 10) sprawiedliwy tłuszczyk,
- 11) imię Staffa, poety,
- 12) broń z westernu,
- 13) staropolski diabeł,
- 16) bada charakter cudzego pisma,
- 19) sportowa impreza na bezdrożach Ameryki Południowej,
- 24) miejsce bez drzew w lesie,
- 25) zastój w gospodarce,
- 27) pieniądze pobrane na poczet pensji,
- 28) zarabia przenoszeniem pakunków,
- 29) oręż Zorro,
- 31) tłuszczyk dodany do ziemniaków,
- 33) Krzysztof, odkrywca Ameryki,
- 34) metalowa sztabka u drzwi,
- 36) senior rodu,
- 37) rzecz spoczywająca w lamusie,
- 38) ciepły koszyk ostu,
- 39) podoficer w wojsku,
- 40) indyjski mniejszy od afrykańskiego.

Pionowo:

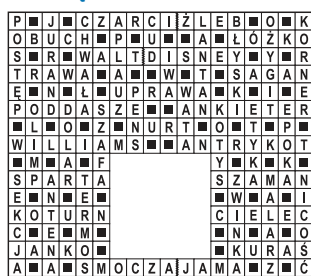
- 1) niemiecki obóz dla jeńców wojennych,
- 2) potajemny spisec,
- 3) kruszec na biżuterię,
- 4) ułatwia ucieczkę z więzienia,
- 5) wytwarzany przez pszczoły,
- 6) ogrodzenie wokół domos-



- 7) okrąg wyborczy,
- 8) wszystkie karty do gry,
- 9) obawa przed publicznym występem,
- 14) starogrecki rynek,
- 15) żal, pretensja,
- 17) bywa nazywana po imieniu,
- 18) szmal, mamona,
- 20) muzyka Michała Urbaniaka i Tomasza Stańki,
- 21) ptak z czubkiem na głowie,

- 22) żal mu każdego grosza,
- 23) przerywa film w telewizji komercyjnej,
- 26) wykonawca przeboju „Jaskółka uwieczniona”,
- 29) jacht dwumasztowy,
- 30) kraina w dorzeczu Prypeci i Bugu,
- 31) roślina porastająca brzegi jezior i rzek,
- 32) podawany w liście gończym,
- 35) pokrywa kufra.

Rozwiązanie nr 115



Dziennik Bałtycki

www.dziennikbaltycki.pl

DZIENNIK BAŁTYCKI
Adres redakcji: Targ Drzewny 9/11, 80-894 Gdańsk,
tel. 58 300 33 00, faks 58 300 33 03Redaktor naczelny: Mariusz Szmidtka, 58 300 33 00,
m.szmidtka@prasa.gda.plZastępca redaktora naczelnego
Bogdana Wachowska, 58 300 33 33,
b.wachowska@prasa.gda.plSekretarz online: Patrycja Kłos, 797 001 038,
patrycja.klos@polskapress.plSzef grupy produkcyjnej: Tomasz Kubik,
502 499 023, t.kubik@prasa.gda.plPublicystyka: Dariusz Szreter, 502 499 027,
d.szreter@prasa.gda.plWydarzenia: Mariusz Lesniewski
(Tygodnik Trójmiasto), 502 499 036,
m.lesniewski@prasa.gda.plEkonomia: Jacek Klein, 502 499 026,
j.klein@prasa.gda.plRejsy/Kultura: Gabriela Pewińska, 502 499 020
g.pewinska@prasa.gda.plMagazyn na Weekend: Małgorzata Gradkowska,
502 499 039, m.gradkowska@prasa.gda.plSport: Adam Mauks, 502 499 035,
a.mauks@prasa.gda.pl

Łączność z Czytelnikami: 58 300 33 41

Poradniki, dodatki i edukacja: Kamila Kubik,
514 800 986, k.kubik@prasa.gda.plMultimedia: Kamila Benke, 58 300 33 22,
k.benke@prasa.gda.plPrezes oddziału Polska Press w Gdańsku
Wiktor Pilarczyk, 58 300 31 00

Biuro reklamy: Joanna Gwiazda-Kozłowska

Kolportaż: Monika Bednarek, 58 300 03 6 15

Biuro konkursów: 58 300 31 75

Prenumerata: 58 728 08 17. Prenumeratę można także
zamówić za pośrednictwem urzędów pocztowych
i w internecie

e-wydanie: online.dziennikbaltycki.pl

Druk: Polska Press Sp. z o.o. Oddział Poligrafia
85-058 Bydgoszcz, ul. Warszawska 13;
tel. 52 322 62 01, fax 52 552 41 41Polska Press Sp. z o.o. Oddział w Gdańsku należy
do Grupy Wydawniczej Polska Press© - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artyku-
le, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza
możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko
i wyłącznie po uszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem
zamieszczonym na stronie
www.dziennikbaltycki.pl/tresci i w zgodzie z postano-
wieniami niniejszego regulaminu.Redaktor prowadzący wydanie
Bogdana WachowskaPolskie Badania Cytelnictwa
Nakład Kontrolowany ZKOPPOLSKA
PRESS
GRUPA

WYDAWCA

Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes zarządu: Dorota Stanek
Wiceprezes zarządu: Dariusz Świąder
Członek zarządu: Paweł Fajfara
Członek zarządu: Magdalena Chudzikiewicz

Dyrektor artystyczny

Tomasz Bochenński

Dyrektor marketingu

Sławomir Nowak, sławomir.nowak@polskapress.pl

Dyrektor zarządzający biura reklamy

Maciej Kossowski

maciej.kossowski@polskapress.pl

Dyrektor kolportażu

Karol Wlazło, karol.wlazlo@polskapress.pl

Agencja AIP

kontakt@aip24.pl

Rzecznik prasowy

Joanna Pazio, tel. 22 201 44 38, joanna.
pazio@polskapress.pl

Drobne

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Przez internet: [ibo.polskapress.pl](#)
W Biurze Ogłoszeń

Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17 i zapłać kartą kredytową

Biuro Ogłoszeń:
Gdańsk, Targ Drzewny 9/11, 58/3003 217

AUTOPROMOCJA

NIE PRZEGAP PIĄTKU

z dodatkiem Tele Magazyn



Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

JEDNOPOKOJOWE

Kupię każde mieszk. 729447556

KUPIĘ mieszkanie za gotówkę, 511-790-832

INNE

SKUP nieruchomości za gotówkę. Trójmiasto i okolice 572-485-529

MIESZKANIA - WYNAJMĘ

POKÓJ

WCZEŚNIE rodzony Pan szuka pokoju przy właścicielce, na parterze. Zapłaci opłaty i wynajem. tel. 571-460-852

WYNAJMĘ Pokój Gdańsk 507 037 101

LOKALE UŻYTKOWE - DO WYNAJĘCIA

PRZEMYSŁOWE

WYNAJMĘ powierzchnie magazynową w Gdańsku 2x 650 m² rampy, windy towarowe, plac składowy. tel. 600 260 061

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

BUDOWLANA

KUPIĘ DOM / DZIAŁKĘ. 729447556

GARAŻE

GARAŻE blaszane, bramy garażowe, kojce dla psów. Transport, montaż gratis. Raty, [www.konstal-garaze.pl](#), 55/621-23-38, 58/588-36-02, 512-853-323

Handlowe

FOTO, KSIĄŻKI

KUPIĘ książki, płyty z muzyką. Dojazd. Gotówka 508-245-450, 509-675-586.

MASZYNY URZĄDZENIA

OKAZJA! Wposażenia piekarni, cukierni, pizzerii, gastronomii - tanio sprzedam, 605-982-276

MATERIAŁY BUDOWLANE

OKNA i drzwi na wymiar: pcv,alu, drewno firmy DRUTEX. Okno 1465 x 1435R+RU, cena 365 zł netto. Tel. 509-023-749

Motoryzacja

SAMOCZODY OSOBOWE- KUPIĘ

ABA auta całe, uszkodzone kupię zaniedbane powypadkowe. Najlepiej płacimy, całe pomorskie 514-514-610

UŻYTKOWE KUPIĘ

KAŻDE auto osobowe i dostawcze w tym każdego Mercedesa 667-147-460

INNE

KUPIĘ stary samochód lub motocykl, min. 40-letni. Może być niekompletny lub uszkodzony, 609-499-555.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

KREDYT 50 tys. rata 545 zł RRSO 8,3%. Tel. 730 809 809

Praca

ZATRUDNIĘ

BLACHARZA-DEKARZA, murarza, kierowcę tel. 502-536-902

ELEKTRYK - praca od zaraz/ NIEMCY - tel. 774270543 Cert. 9875

Elektryków z własną działalnością, praca w Berlinie i hydraulików z własną działalnością praca w Hamburgu. Tel. 601-282-217, mail: [stelektro@int.pl](#)

MALOWANIE, tapetowanie, docieplenia - praca od zaraz/ NIEMCY - tel. 774270543. Cert. 9875

NIEMCY, murarze, cieśle, malarze, spawacze, ocieplenia: 601-218-955.

PRACA w Anglii: Opiekunka seniorów. Wynagrodzenie nawet 18900zł za trzy miesiące. Zapewniamy bezpieczną rekrutację, podróż w obie strony, wyżywienie i zakwaterowanie. Zadzwoń 514781060. Promedica24.

SERWISANTA elektronarzędzi - zatrudnię 600 260 061

STOLARZ - praca od zaraz/ NIEMCY - tel. 774270543 Cert. 9875

ŚLUSARZ/ spawacz - praca od zaraz/ NIEMCY - tel. 774270543 Cert. 9875

ZATRUDNIĘ montera instalacji sanitarnej z doświadczeniem. Praca w trójmieście. Tel. 668 401 420

Zdrowie

GINEKOLOGIA

GINEKOLOG. Farmakologicznie A-Z 731-915-820

PRZYCHODNIE, KLINIKI



CHORUJESZ OD NIEDAWNA NA AMD WYSIĘKOWE?
(Zwyrodnienie plamki żółtej)
Zapraszamy na
BEZPŁATNĄ tomografię oka SOCT
Możliwość nowoczesnego, bezpłatnego leczenia. Profesorskie Centrum Okulistyki to wykwalifikowany personel i przyjazna atmosfera.
Serdecznie zapraszamy
☎ 58 322 50 08 (10.00-18.00)
okulistyka-trojmiasto.pl

Usługi

AGD RTV FOTO

AGD lodówki, zmywarki, pralki, 58/ 302 0006, 58/554 22 02, 58/664 48 35, 501103397

POGOTOWIE telewizyjne, 58/629-02-33

BUDOWLANO-REMONTOWE

A do Z awarie dachy kominy 517744487

A do Z malowanie, remonty mieszkań, klatek schodowych, biur 500-225-620

A do Z, malowanie, fachowo, emeryci zniżki. 500-225-620

A-Z Układanie glazury, terakoty tel. 500-225-620

BUDOWLANE, docieplenia, konstrukcje dachowe, tynki, 601-320-453

CYKLINIARSKIE 602-784-208 ukł. paneli

CYKLINOWANIE bezpyłowe 504641458

HYDRAULICZNE, gazowe, awarie -tanio, solidnie. Tel. 501977409

HYDRAULIK WOD-KAN CO GAZ 784472083

HYDRAULIKA, tanio, solidnie, tel. 513-661-997

MALOWANIE dachów788-016-988

MALOWANIE, kafelki tanio,608122162

MALUJĘ tanio i solidnie 608 788 280

OKNA,DRZWI, rolety, żaluzje. Montaż. Tanio, 58 556-65-01 Stolmar

REMONTY Aranżacje wnętrz, kafelkowanie, hydraulika, tel 503-119-018

Sufity Podwieszane: Napinane, Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe, Ścianki Gipsowe "Sufitex" 604-944-094, 58-558-25-65 [www.sufitex.pl](#)

TAPETOWANIE, tel. 696-843-716

ŻALUZJE. Rolety 501-005-692

INSTALACYJNE

A do Z Awarie elektr.remont 504372096

KOMPUTEROWE

A-Z Laptopy, Komputery SERWIS Tanio, Dojazd gratis, 505-558-579

INNE

DETEKTYW- licencja, 601-692-992

Turystyka

KRAJ

GÓRY

Beskidy 8 dni od 650zł z dofi Unijny Program Spowolnij Starzenie Możliwość dowozu 501 642 492

MORZA

DZWIRZYNOMORZE.PL -tel. 605905969

ŁEBA, tanie pokoje z łaz. 603-471-715

ŁEBA- komfort, tanio, 606-687-996.

Różne

Garaże blaszane, konkurencyjne ceny, 59/833-45-36, 660-385-917, 605-286-058

STARE książki- skup 881-934-948

REKLAMA029481061

Nekrologi i kondolencje

przyjmowane są zgodnie z harmonogramem

dzień wydawniczy

poniedziałek

wtorek

środa

czwartek

piątek

sobota

termin przyjmowania:

piątek do godz. 15:30

poniedziałek do godz. 15:30

wtorek do godz. 15:30

środa do godz. 15:30

czwartek do godz. 15:00

czwartek do godz. 13:00

☐ drogą elektroniczną e-mail: nekrologi@prasa.gda.pl

☐ osobiście w Biurze Ogłoszeń Polska Press

Gdańsk, Targ Drzewny 9/11

Tel. 58/30 03 211 pon-pt. 9:00-15:30

telefony/adresy pozostałych Biur Ogłoszeń w stopce redakcyjnej

☐ w zakładkach pogrzebowych współpracujących z Polska Press

☐ w Koncesjonowanych Biurach Ogłoszeń



REKLAMA009796838

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że w dniu 24 lipca, w wieku 82 lat zmarł



nauczyciel i wychowawca,
działacz społeczny gminy Puck,
nasz Ojciec, Dziadek i Brat

Jerzy Pliński

Pogrążona w smutku

Rodzina



WAŻNE TELEFONY

 ZAKŁADY POGRZEBOWE

• Usługi Pogrzebowe Cmentarz Komunalny Sopot własna chłodnia, całodobowo, 58 551 03 50, 609 060 965

• OBOL 24h, bezgotówkowo, Sopot, Chrobrego 34 obol.com.pl, 58 551 32 45

Jeżeli chcesz zamieścić ogłoszenie w tej rubryce zadzwoń ☎ 502-499-019

009798029

Kasi i Przemkowi Marek

szczerze kondolencje oraz wyrazy serdecznego współczucia z powodu śmierci

Mamy i Teściowej



składają

Zarząd oraz Koledzy i Koleżanki z Polskich Linii Oceanicznych S.A.



Wspomnienia. Te najważniejsze...

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na [nekrologi.net](#) i [dziennikbaaltycki.pl/nekrologi](#)

eprasa.pl 5c3f236c4a

Szef Bayernu powalczy o Złotą Piłkę dla Lewego? „To niesprawiedliwe”

Piłka nożna

Tomasz Dębek
Twitter: @themback

Robert Lewandowski ma za sobą fantastyczny sezon, może najlepszy w karierze. Odwołanie plebiscytu Złotej Piłki jest niesprawiedliwe nie tylko dla Bayernu, ale też dla niego - uważa prezydent mistrza Niemiec, Karl-Heinz Rummenigge.

W ubiegłym tygodniu tygodnik „France Football” ogłosił, że z powodu „braku wystarczająco sprawiedliwych warunków” po pandemii COVID-19 odwołany zostaje plebiscyt Złotej Piłki. Zdecydowana większość lig dokończyła lub dokończy jednak rozgrywki. Wśród tych, które zostały odwołane znalazła się Ligue 1.

Jednym z faworytów do zdobycia miana najlepszego piłkarza świata był Robert Lewandowski. Polak, który w poprzednich edycjach plebiscytu

był przez wielu głosujących pomijany, tym razem dał im mnóstwo argumentów. Był kluczowym zawodnikiem Bayernu, który zdobył mistrzostwo i Puchar Niemiec. Wciąż ma też szansę na potrójną koronę, w sierpniu będzie walczył w Lidze Mistrzów. Jest najsukcesywniejszym piłkarzem rozgrywek (11 bramek), został też królem strzelców Bundesligi. We wszystkich rozgrywkach strzelił 51 goli (najwięcej w karierze). Żaden gracz nie może się pochwalić takim wynikiem.

- Robert rozgrywa fantastyczny sezon, może najlepszy w karierze. Niestety, „France Football” odwołało plebiscyt Złotej Piłki. Nie jesteśmy z tego powodu szczęśliwi. To niesprawiedliwe. Nie tylko dla Bayernu, ale przede wszystkim dla Lewandowskiego, który mógł wygrać. Poza ligą francuską wszystkie najważniejsze rozgrywki zostaną dokończone. Myślę, że po takim sezo-



Robert Lewandowski zdobył z Bayernem dublet, a walczy jeszcze w Lidze Mistrzów

nie powinno się wybrać najlepszego piłkarza świata. Jestem przekonany, że Robert miałby bardzo duże szanse na takie wyróżnienie po raz pierwszy w karierze - podkreślał w poniedziałek na konferencji prasowej Bayernu Monachium

prezydent klubu, Karl-Heinz Rummenigge.

- Porozmawiam na ten temat z Giannim Infantino [prezydent FIFA - red.], może on przekona „France Football” do przywrócenia Złotej Piłki - dodał 95-krotny reprezentant RFN, były napastnik m.in. Bayernu i Interu Mediolan.

Szanse na powodzenie interwencji są raczej mgliste. Przez lata FIFA współorganizowała plebiscyt tylko do 2016 r., w kolejnych latach całą odpowiedzialność za galę przejęła redakcja „France Football”. Władze światowej piłki stworzyły nagrody FIFA The Best, ale w tym roku również nie zostały przyznane z powodu pandemii.

Złota Piłka była przyznawana nieprzerwanie od 1956 r. Tylko dwa razy w historii Polacy znaleźli się na podium klasyfikacji. W 1974 r. trzeci był Kazimierz Deyna, a w 1982 r. Zbigniew Boniek. Lewandowski był blisko powtórzenia ich wy-

czynu w 2015 r., kiedy to zajął czwarte miejsce. Rok później był dopiero 16., co skwitował słynnym już komentarzem „le cabaret”. W 2017 był dziewiąty, rok później nie znalazł się nawet na liście 30. nominowanych do nagrody. W ostatniej edycji znów skończyło się na dużym rozczarowaniu. Kapitan reprezentacji Polski zajął dopiero ósme miejsce.

Od 2008 r. plebiscyt zdominowali Cristiano Ronaldo (pięć zwycięstw) i Leo Messi (sześć). Duopol został przerwany tylko raz, w 2018 r. Złotą Piłkę zgarbił Luka Modrić. Wszystko wskazywało na to, że wyczyn Chorwata powtórzy Lewandowski. Liczby mówią same za siebie. Przy strzeleckich popisach RL9 liczby Portugalczyka (35 goli) i Argentyńczyka (30) nie robią wielkiego wrażenia. O ile opinie polskich i niemieckich mediów oraz ekspertów (Lothar Matthäus, Jerzy Dudek) czy byłych kolegów Le-

wego z szatni (Franck Ribéry) mogą nie być do końca obiektywne, to zwycięstwo 31-letniego napastnika przewidywało wiele osób, które nie mają w tym żadnego interesu.

Polak wygrał w cuglach głosowanie dziennikarzy „Daily Mail” (przed Cristiano Ronaldo i Virgilem van Dijkem), był też faworytem brytyjskich bukmacherów. W rankingu serwisu Goal.com wygrał przed Messim i CR7. Z kolei były gwiazdor m.in. Arsenalu, Manchesteru United i reprezentacji Holandii Robin Van Persie postawił na Lewandowskiego przed Kevinem de Bruyne i Sadio Manem.

Wielka szkoda, że z plebiscytu zrezygnowano akurat w roku tak dobrym dla Lewego. Pozostaje mieć nadzieję, że w przyszłym polski napastnik utrzyma formę i ominą go kontuzję. Albo Rummenigge pociągnie za odpowiednie sznurki i „France Football” przemyśli jeszcze swoją decyzję. ©®

009800120

Dzieszanowi
Pomorskiej Izby Adwokackiej
w Gdańsku

adw. Dariuszowi Strzeleckiemu
oraz
Jego Rodzinie i Bliskim



wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

ś†p
Mamy
składają

Adwokaci, Aplikanci adwokaccy oraz Pracownicy
Pomorskiej Izby Adwokackiej w Gdańsku

009800721

Kaszubsko-Pomorska Izba Lekarsko-Weterynaryjna
w Gdańsku z żalem zawiadamia, że zmarł nasz Kolega

ś†p
Andrzej Szaro
lekarz weterynarii

Uroczystości pogrzebowe rozpoczyna się mszą św.
w dniu 1.08.2020 r. o godz. 7.45
w kościele pw. Podwyższenia Krzyża Świętego
w Pruszczu Gdańskim przy ul. Wojska Polskiego 10.
Pogrzeb odbędzie się w tym samym dniu
o godz. 12.30 na Cmentarzu Garnizonowym
w Gdańsku przy ul. Dąbrowskiego 2.
Wyrazy współczucia
 **Rodzinie Zmarłego**
składają
Koleżanki i Koledzy lekarze weterynarii
z województwa pomorskiego

009800396

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”
ks. Jan Twardowski

Panu
Andrzejowi Bodnarowi
Dyrektorowi Szkoły Podstawowej nr 44 w Gdyni

szczerze wyrazy współczucia z powodu śmierci
Córki

Oksany Anny Bodnar
składają
Wiceprezydent Bartosz Bartoszewicz
oraz
pracownicy Wydziału Edukacji Urzędu Miasta Gdyni

009800662

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 27 lipca 2020 r.
odszedł od nas w wieku 74 lat
kochany Mąż, Tata i Dziadek

ś†p

Andrzej Bądkowski

Msza św. żałobna odprawiona zostanie
dnia 31 lipca 2020 r. (piątek) o godz. 9.15
w kościele pw. św. Kazimierza na Zaspie
przy ul. Pilotów.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia
o godz. 11.00 na cmentarzu Łostowice.
Pograżona w smutku
Rodzina

009800763

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 26 lipca 2020 r.
odeszła w wieku 79 lat
Moja Żona, Nasza Mama i Babcia

ś†p
Barbara Suwalska

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
31 lipca 2020 r. o godz. 11.00 w kościele
pw. Chrystusa Odkupiciela w Gdańsku Żabiance.
Uroczystości pogrzebowe odbędą się
tego samego dnia o godz. 13.00
na Cmentarzu Witomińskim.
Pograżona w głębokim smutku
Rodzina

 **Wspomnienia. Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na
nekrologi.net
i dziennikbałtycki.pl/nekrologi

Jaka będzie Lechia w nowym sezonie

Paweł Stankiewicz
sport@prasa.gda.pl



Pilka nożna

Pilkarze Lechii Gdańsk są na urlopie. Krótkich, bo wkrótce trzeba rozpocząć przygotowania do nowego sezonu. Jak będą one wyglądały i w jakim składzie przystąpią do nich biało-zieloni?

Epidemia koronawirusa przyczyniła się do dużych zmian w kalendarzu piłkarskim. Sezon zamiast w maju zakończył się dopiero w miniony piątek. Lechia Gdańsk przegrała finał Totolotki Pucharu Polski z Cracovią. Piłkarze po meczu udali się na urlopy, ale wkrótce będą musieli rozpocząć przygotowania do nowego sezonu. Czasu na regenerację będzie zatem bardzo mało, ale dobrą decyzję podjął PZPN - wzorem najsilniejszych lig - o wprowadzeniu pięciu zmian w trakcie meczu, które będzie można przeprowadzić w czasie trzech przerw w grze.

- Martwię się tym, że okres urlopowy jest tak krótki. Tydzień odpoczynku to trochę za mało - mówił Piotr Stokowiec trener biało-zielonych, po finale Pucharu Polski.

Lechia przygotowania do nowego sezonu zacznie już 3 sierpnia. To optymalny termin, bo 21 sierpnia rozpoczną się rozgrywki w PKO Ekstraklasie, a tydzień wcześniej do rozegrania będzie



Jak często piłkarze gdańskiej Lechii będą mieć okazję do radości w nadchodzącym sezonie?

pierwsza runda Totolotki Pucharu Polski w sezonie 2020/21. Biało-zieloni konkretnych rywali jeszcze nie znają. W pierwszej rundzie Pucharu Polski zmierzą się na wyjeździe ze zwycięzcą spotkań fazy wstępnej Skra Częstochowa - Stal Stalowa Wola. Z kolei na inaugurację sezonu PKO Ekstraklasy rywalem - także w spotkaniu wyjazdowym - będzie beniaminek, który wygra baraże. O awans walczyć Warta Poznań, Radomiak Radom, Miedź Legnica i Bruk-Bet Termalica Nieciecza. Biało-zieloni

przygotowania rozpoczną 3 sierpnia i od raz udadzą się na zgrupowanie do hotelu BoniFaCio SPA & Sport Resort o około 30 kilometrów przed Nowym Dworem Mazowieckim. To hotel, który ma w swojej ofercie zgrupowania piłkarskie i dysponuje dobrymi boiskami. Zgrupowanie miało potrwać do 9 sierpnia i zakończyć się meczem o Superpuchar Polski z Legią w Warszawie.

Lechia jednak nie zdobyła Pucharu Polski i nie będzie walczyć w stolicy o kolejne trofeum, więc

pobyt w BoniFaCio zakończy się dzień wcześniej, a od 10 sierpnia biało-zieloni będą trenować w Gdańsku. Na 8 sierpnia zaplanowany jest jedyny sparing w okresie przygotowawczym z Rakowem Częstochowa. Drugim i ostatnim przetarciem przed startem sezonu ligowego będzie spotkanie pierwszej rundy Pucharu Polski, a rywalem może być inna drużyna z Częstochowy - Skra. Sytuacja jest wyjątkowa przez koronawirusa, przygotowania szybkie po krótkich urlopowach, ale

to nie dotyczy tylko Lechii, ale wszystkich zespołów. Ekstraklasa w sezonie 2020/21 rozgrywana będzie bez podziału na grupy mistrzowską i spadkową, a tabela końcowa będzie po 30 kolejkach.

W jakim składzie przystąpi Lechia do okresu przygotowawczego? Pewne jest to, że na zgrupowanie pojedą Bartosz Kopacz, który ostatnio grał w Zagłębiu Lubin, a z biało-zielonymi podpisał kontrakt jako wolny zawodnik i Mateusz Sopoćko, młodzieżowiec wracający z udanego dla

wypożyczenia do Podbeskidzia Bielsko-Biała. Skończyło się za to wypożyczenie Ze Gomesa, który wraca do Benfiki Lizbona. Trudno dziś powiedzieć czy ten piłkarz zagra znowu w Lechii, podobnie jak Kenny Saief. Ten ostatni wrócił do Anderlechtu Bruksela, ale Lechia chciałaby go w zespole, a i on jest zainteresowany ponowną grą w Gdańsku. Skończyło się też wypożyczenie Daniela Łukasika do Ankaragucu, ale też jeszcze nie zapadła decyzja odnośnie jego przyszłości.

Będzie druga edycja regat w Ustce

Żeglarsko
Brunon Kowalke
sport@prasa.gda.pl

W tym roku sezon żeglarski stał pod znakiem zapytania z powodu epidemii koronawirusa, ale mamy dobre wieści! Druga edycja regat żeglarskich Ustka Charlotta Sailing Days odbędzie się zgodnie z planem w dniach 5-9 sierpnia 2020 roku

To będzie najważniejsza impreza w polskim kalendarzu żeglarskim dla katamaranów Hobbie Cat oraz jachtów jednokadłubowych klasy 505 i Latający Holender, których załogi zmierzają się w walce o tytuł Mistrza Polski.

Ustka Charlotta Sailing Days to regaty dla żeglarzy, którzy nie boją się rywalizacji na pełnym morzu. Już dzisiaj możemy powiedzieć, że regaty

będą miały charakter międzynarodowy. Na liście zgłoszeń widnieje 85 załóg z 5 krajów: Polski, Chorwacji, Niemiec, Irlandii i Czech. W poprzednim roku w zawodach wystartowało 100 uczestników na 50 jachtach, czyli prawie o połowę mniej niż w tym roku. Z tego wynika, że popularność regaty w Ustce rośnie. Co organizatorów bardzo cieszy. W trakcie trzech dni odbyły się wszystkie zaplanowane wyścigi (10), choć warunki pogodowe - wiatr o prędkości 15 węzłów i fale osiągające wysokość metra, były wymagające.

Wszystkich zainteresowanych regatami Ustka Charlotta Sailing Days zapraszamy do zapisów dostępnych na stronie www.ucsdays.com.

Organizatorami wydarzenia są Miasto Ustka, Dolina Charlotty Resort & SPA i Klub Żeglarski Pro Sport.

Pogrzeb rugbyisty Arki Gdynia Mateusza Tuczyńskiego

Niespełna 28-letniego rugbyisty Arki Gdynia pożegnali koledzy z drużyny, kibice, sąsiedzi, znajomi. - Mateusz był sportowcem, którego często trapiły kontuzje - wspomina kolegę z drużyny gdyńskich „Buldogów” Mateusz Dąbrowski, jednocześnie członek zarządu Polskiego Związku Rugby. - Ta miniona zima, była pierwszą, którą Mateusz w całości i spokojnie przepracował. Mimo licznych kłopotów ze zdrowiem, On nigdy się nie poddawał. Jak na prawdziwego rugbyistę przystało. Był człowiekiem, który za Arkę oddałby wiele. Był też człowiekiem dla którego ważne były losy zwierząt. Świetnie motywował wszystkich kolegów z drużyny. Kiedy trzeba było pomóc, Mateusz był zawsze na miejscu - wspomina kolega Mateusz Dąbrowski.

