

GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

Dofinansowanie dla MNH → str. 2

6 marca Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego poinformowało o przyznaniu Muzeum Nowej Huty dofinansowania.

Remont Alei Solidarności → str. 5

Dzień kobiet na Wzgórzach → str. 7

Puszcza remisuje z mistrzem Polski → str. 10

Kazimierz Barczyk: od AK do NATO → str. 3

Wojna w Ukrainie, demaskująca imperialne zapędy Rosji, potwierdza, że budowanie bezpieczeństwa Polski w oparciu o zachodnich sojuszników było właściwą drogą.

REKLAMA

INTROLIGATOR

CENTRUM B, BLOK 7

www.oprawaksiazek.pl

REKLAMA

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



ALFABET SŁAWOMIRA PIETRZYKA str. 5

REKLAMA

Santander
CONSUMER BANK

10x0%

raty
10x0%

SPRAWDŹ



Redaktor naczelny: Jan L. Franczyk.
Redaguje zespół.
Telefon red.: 12 643-44-33 Faks: 12 643-66-33
E-mail: redakcja@glos-tn.krakow.pl
Adres: al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków.
Wydawca: „Graf-Press” sp. z o.o. Kraków.
Skład Marcin Świątkowski
Druk: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział
Poligrafia, Drukarnia Sosnowiec
Nr indeksu: 358835. ISSN: 1231-8582.
Redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść
zamieszczanych ogłoszeń.



Zapraszamy na
zakupy do Centrum
Handlowego TOMEX!

MODA I REGIONALNE PRODUKTY I LOKALNA SPOŁECZNOŚĆ

facebook.com/tomex.krakow

SKLEP ZABAWKOWO -PAPIERNICZY

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

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

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

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

15 marca 2024 r., nr 11 (1718)

KAZIMIERZ BARCZYK: OD ARMII KRAJOWEJ DO NATO

– Mój Ojciec brał udział w dwóch wojnach światowych i zawsze powtarzał mi, że zagrożenie przyjdzie ze Wschodu, dlatego musimy współpracować z Zachodem – mówi Kazimierz Barczyk, radny i Wiceprzewodniczący Sejmiku w 25. rocznicę przystąpienia Polski do NATO

NATO. Jedyna droga.

Członkostwo w NATO, najpotężniejszym sojuszu wojskowym na świecie, nie tylko zwiększyło bezpieczeństwo Polski, ale też doprowadziło do wzmocnienia pozycji naszego kraju na arenie międzynarodowej.

Za początek polskiej drogi do Sojuszu Północnoatlantyckiego uznaje się rozwiązanie struktur wojskowych Układu Warszawskiego w 1991 roku. Rok później sekretarz generalny NATO, Manfred Wörner, podczas wizyty w Polsce oświadczył, że „drzwi NATO są otwarte”, a Lech Wałęsa uznał przystąpienie do NATO za jeden z priorytetów polskiej polityki zagranicznej w czasie rozmów z Jelcynem. Musiało jednak upłynąć kilka lat, bo dokładnie 25 lat temu, 12 marca 1999 roku, członkostwo Polski w NATO stało się faktem. Kazimierz Barczyk, wracając wspomnieniami do tamtego czasu, przypomina, że starania o przystąpienie Polski do Sojuszu Północnoatlantyckiego wymagały szeregu działań, spotkań, lobbingu we wpływowych środowiskach w Stanach Zjednoczonych i pozostałych państwach członkowskich.

– Samorządowcy Małopolski również wzięli udział w tym zbiorowym wysiłku, starając się – na ile to było możliwe – przekonywać partnerskie samorządy z różnych państw, że po 50 latach komunizmu jesteśmy w stanie wypełnić standardy demokracji i wolnego rynku, jakie obowiązują w krajach należących do NATO – podkreśla. W 1999 r. w ramach intensywnej akcji lobbowania na rzecz przyjęcia Polski do NATO, Kazimierz Barczyk zorganizował wyjazd do Stanów Zjednoczonych 55-osobowej delegacji, składającej się m.in. z prezydentów i burmistrzów miast Małopolski i Śląska odwiedzając 10 stanów. Pobyt wypełniły spotkania w Senacie USA z senatorami, gubernatorami, przedstawicielami administracji prezydenta Billa Clintona, organizacjami polonijnymi i amerykańskimi samorządami.

– Doprowadziliśmy wówczas do zmiany stanowiska dwóch senatorów z Teksasu, którzy wcześniej sprzeciwiali się przyjęciu Polski do NATO – wspomina obecny wi-

ceprzewodniczący Sejmiku Województwa Małopolskiego i dodaje: – Bo w USA głos Polonii jest ważny. Nie tylko dla bieżących celów politycznych. Nie brakuje przecież ludzi o polskich korzeniach na szczytach władz stanowych i federalnych, w środowiskach naukowych, kulturalnych czy w biznesie.

Również w tym czasie Kazimierz Barczyk siedł w Nowym Jorku na czele rekordowej, milionowej polonijnej Parady Pułaskiego obok burmistrza i gubernatora. Parada z udziałem amerykańskich Czachów i Węgrów była w USA największą demonstracją przyjęcia Polski do NATO.

Polska Walcząca i nasze dziedzictwo

Wojna w Ukrainie, demaskująca niesłabnące imperialne zapędy Rosji, potwierdza, że budowanie bezpieczeństwa Polski w oparciu o zachodnich sojuszników było właściwą drogą.

– Wiedzieli już o tym żołnierze polskiego Państwa Podziemnego – mówi Kazimierz Barczyk, który od początku lat 90-tych, jako pierwszy przewodniczący Rady Miasta Krakowa wspierał wysiłki, by w Krakowie powstało Muzeum Armii Krajowej.

Jego załącznikiem była wystawa o AK „Nasza droga do Niepodległości”, zorganizowana w 1990 roku, przy ul. Topolowej, w miejscu dawnego Muzeum Lenina. Wtedy, ponad 30 lat temu, trudno było sobie wyobrazić, że wysiłek kombatantów, samorządowców i społeczników doprowadzi do powstania jednego z najważniejszych obiektów muzealnych w Polsce.

Dzięki staraniom Kazimierza Barczyka, który przez wiele lat był przewodniczącym Rady Muzeum Armii Krajowej, uzyskano zgodę na umieszczenie zbiorów w budynku Wojska Polskiego przy ul. Wita Stwosza 12, dawnej Twierdzy Kraków, a następnie na rewaloryzację i adaptację tego zaniedbanego budynku na potrzeby Muzeum Armii Krajowej. Całkowity koszt inwestycji, łącznie z otwartą w 2012 roku ekspozycją stałą, wyniósł prawie 40 mln zł przy znaczącym wsparciu funduszy UE.

Dzisiaj Muzeum Armii Krajowej im. Gen. Emila Fieldorfa „Nila” uznawane jest, obok Muzeum Powstania Warszawskiego, za najważniejsze muzeum czynu zbrojnego Polski Walczącej w XX wieku. Jest jedyną tego typu instytucją na świecie, ukazującą całokształt tematyki związanej z Armią Krajową i Państwem Podziemnym. Międzynarodowi eksperci uznają siedzibę Muzeum AK za najlepiej zrewitalizowany obiekt militarny w Polsce i jeden z najlepszych w Europie. Na



Kazimierz Barczyk jest pomysłodawcą budowy Muzeum AK.

powierzchni przekraczającej 6500 metrów kw. (dwa razy większej od Muzeum Powstania Warszawskiego) mieści się ponad 20 tys. eksponatów.

– Prawie wszystkie eksponaty zostały przekazane przez żołnierzy AK i ich rodziny z całego świata – opowiada Kazimierz Barczyk, który akcję gromadzenia eksponatów zainicjował jako przewodniczący Rady Muzeum AK wspólnie z Ryszardem Kaczorowskim, Prezydentem RP na Uchodźctwie.

Oprócz dokumentów, pamiątek i bogatej kolekcji broni, w muzeum można zobaczyć fragmenty rakiet V2, zrekonstruowane kadłub

Prawie wszystkie eksponaty zostały przekazane przez żołnierzy AK i ich rodziny z całego świata

bombowca Halifax czy czołg Vickers. Stała ekspozycja pokazuje fenomen AK w szerokim kontekście oraz poprzez indywidualne losy, a także trudne, naznaczone terrorem i codzienną walką o przetrwanie, realia życia Polaków pod okupacją.

– Jest to nasze dziedzictwo, o którym musimy pamiętać – podkreśla Kazimierz Barczyk. – Żołnierze Armii Krajowej walczyli o niepodległość Polski w czasie okupacji niemieckiej, a potem kontynu-

owali walkę z komunistami, pokazując, że wolność i niezależność są najważniejszymi wartościami. „Solidarność”, największy pokojowy ruch w dziejach świata – tak bardzo silny w Nowej Hucie – kontynuował walkę AK o niepodległą Polskę.

Kazimierz Barczyk przypomina, że zapewnienie bezpieczeństwa obywateli jest podstawowym obowiązkiem władzy publicznej. Do-

Jest to nasze dziedzictwo, o którym musimy pamiętać – podkreśla Kazimierz Barczyk. – Żołnierze Armii Krajowej walczyli o niepodległość Polski

tyczy to zarówno bezpieczeństwa w wymiarze zewnętrznym, jak i we wewnętrznym. To pierwsze jest domeną władz centralnych, drugie władz terytorialnych, w tym samorządowych.

– Nasza obecność w NATO to główny filar bezpieczeństwa w tych trudnych czasach, dlatego choć dziś świętujemy rocznicę przystąpienia do Paktu Północnoatlantyckiego, to nie wolno nam tracić czujności. Zło nie śpi.

Do druku przygotował
MARCIN PIETRZYK



Delegacja samorządowców małopolskich u gubernatora stanu Illinois Jamesa Edgara (w środku). Po prawej Stanisław Zajac – wicemarszałek sejmiku, po lewej Kazimierz Barczyk – przewodniczący SGM, Marek Nawara – przewodniczący sejmiku krakowskiego, Stanisław Żwiruk – prezydent Tarnobrzega, Janusz Ogiegło – prezydent Jastrzębia Zdroju.

Kazimierz Barczyk z delegacją samorządowców przekonuje władze Amerykańskie do zagłosowania za przyjęciem Polski do NATO

Pan Jezus nie bał się składać ludziom obietnic. I jak wiemy nigdy nie były to – co niestety zdarza się nader często pomiędzy ludźmi – obietnice bez pokrycia.

Co to znaczy, że Ojciec Niebieski uczci tych, którzy służą Jego Synowi? Czy niniejsza obietnica dotyczy wyłącznie życia po śmier-

ci? Możemy domniemywać, że nie tylko. Greckie słowo przetłumaczone jako „uczcić” rozumie się również jako „być poważanym”, „odbierać szacunek”. Pomyślimy zatem czyż to nie jest dla nas coś wyjątkowego mieć uznanie u Tego, który jest godzien wszelkiej możliwej czci? **ks. Piotr Gąsior**

Tydzień
FELIETON
JANA
FRANCZYKA

ROLNICY
NIE ODPUSZCZAJĄ

W sobotę 9 marca, odbyło się drugie już spotkanie premiera Donalda Tuska z rolnikami. Jak po jego zakończeniu powiedział przewodniczący NSZZ RI „Solidarność” Tadeusz Obszański, nie było tam żadnych konkretów, była jedna wielka pustka. W tej sytuacji przewodniczący rolniczej „Solidarności” zapowiedział, że 20 marca znowu zostaną przez rolników zablokowane wszystkie miasta wojewódzkie, przejścia graniczne, a także wiele dróg w naszym kraju. Rządzącą koalicję czeka więc konfrontacja z rolnikami, których część w trakcie niedawnego protestu w Warszawie została brutalnie potraktowana przez policję. Niektórzy świadkowie mówili wręcz o prowokacyjnych zachowaniach niektórych funkcjonariuszy. Taką opinię na antenie neo-TVP Info wyraził doradca prezydenta RP, prof. Andrzej Zybertowicz. „Mamy do czynienia z powrotem do prowokacji, które były stosowane przy tego typu manifestacjach, wtedy głównie przy

Uciekanie się do pałek i gazu łzawiącego, jako argumentów w dyskusji z protestującymi, sympatii społecznej rządzącym raczej nie przysporzy.

Marszu Niepodległości, przed rokiem 2015. Sięgnięto do tych samych metod” – mówił profesor.

To, czy do prowokacji faktycznie dochodziło musi wyjaśnić niezależne dochodzenie, ale jedno wydaje się pewne – z rolnikami łatwo nie będzie. Tym bardziej, że protesty rolników trwają w całej Europie. A uciekanie się do pałek i gazu łzawiącego, jako argumentów w dyskusji z protestującymi, sympatii społecznej rządzącym raczej nie przysporzy.

Jan L. Franczyk

SŁOWA NA
NIEDZIELE

17.03.2024

A jeśli ktoś Mi służy,
uczci go mój Ojciec
por. J 12

Ośrodek Kultury Norwida

+ 15 III, godz. 17:00 (os. Górali 5) - Józefa Sobór-Kruczek. Szyta sztuka. Wernisaż wystawy. Kuratorka: Barbara Solecka. Wstęp wolny
+ 15 III, godz. 17:30 (os. Złotego Wieku 14) - Od Suwalszczyzny po Bieszczady. Akwarele Janusza Janasa. Wernisaż wystawy oraz prezentacja poezji i prozy autorek należących do Małopolskiego Stowarzyszenia Twórców Kultury w Krakowie.
+ 15 III, godz. 19:00 (os. Złotego Wieku 14) - Relaks w dźwiękach. Prowadzenie: Ilona Krzyżowska - Magia Gongu, Tomek Zięba - Relaks dla zdrowia. Informacje i zapisy: a.miloch@okn.edu.pl. Wstęp: 60 zł.
+ 17 III, godz. 18:00 (kościół pw. św. M. M. Kolbego, os. Tysiąclecia 86 (kościół dolny) - Koncerty Mistrzejowickie: Moc Krzyża. Koncert zespołu Cantica Sacra. Prowadzenie: Maciej Jabłoński.
+ 19 III, godz. 16:00-20:00 (os. Górali 4) - Maraton Fitnessowy z Babkami z Nowej Huty. Wstęp wolny. Szczegółowe informacje i zapisy: www.okn.edu.pl.
+ 20 III, godz. 17:30-20:30 (os. Górali 4) - Festiwal Kobiet. Heroína Bohaterka: Bliżej ciała. Warsztat akceptacji. O szukaniu oparcia w sobie i staniu po swojej stronie. Prowadzenie: Monika Stachańczyk, Katarzyna Biernat. Obowiązują zapisy. Wstęp wolny.
+ 21 III, godz. 18:00-19:00 (os. Górali 4) - Żeby ciało uniknęło raka. Rozmowa z Agą Szuścik o profilaktyce nowotworowej. Obowiązują zapisy. Wstęp wolny.
+ 20 III, godz. 10:30 (os. Złotego Wieku 14) - Mistrzejowicki Klub Rodziców: Tańczące nutki. Warsztaty umuzykalniające dla rodziców z dziećmi od 8. miesiąca życia. Prowadzenie: Tetiana Hrinchenko, Fundacja Popularyzacji Edukacji Artystycznej. Wstęp: 1 zł.
+ 20 III, godz. 11:30 - Mistrzejowicki Klub Rodziców: Otwarte spotkania dla rodziców z dziećmi.
+ 21 III, godz. 18:00-19:00 (os. Górali 5) - Oprowadzanie kuratorskie po wystawie Józefy Sobór-Kruczek. Szyta sztuka. Prowadzenie: Barbara Solecka. Wstęp: 10 zł (bilet normalny), 7 zł (bilet ulgowy).

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Dywizjonu 303 1
+ 16 III, godz. 17:00 - „Częste mycie skraca życie - a co je wydłuża?” Zapraszamy na podwójny wykład popularnonaukowy! W pierwszej części opowiemy, jak dzięki zdrowym nawykom i odpowiedniej diecie zwiększamy swoje szanse na długie życie w dobrym zdrowiu. W części drugiej skupimy się na tym, jak za pomocą technologii biomedycznych możemy poprawić swoje życie, kiedy zdrowie zaczyna nas zawodzić. Wstęp wolny.

Klub Herkules Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Branice ul. Gen. M. Karaszewicza-Tokarzewskiego 29
+ 20 III, godz. 16:00 - Warsztaty szycia dla dzieci (grupa młodsza). Podczas zajęć dzieci będą miały okazję nauczyć się podstaw szycia pod okiem doświadczonych instruktorów. Tematem marcowych zajęć będą kolorowe kwiaty wiosenne. Zajęcia dla dzieci 7-12 lat.
+ 22 III, godz. 16:00 - Robotyka dla dzieci. Robotyka dla dzieci to przede wszystkim połączenie dobrej zabawy i nauki realizowanej w niestandardowy sposób. Zajęcia w dwóch grupach: I grupa: godz. 16:00; II grupa: godz. 17:00.

Klub Jedność Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Wolica ul. Drożyska 3c
+ 16 III, godz. 17:00 - Mirandolina. Spektakl w wykonaniu pracowników OKKNH. Obowiązują zapisy.
+ 19 III, godz. 19:00 - Warsztaty taneczne Latino Solo.
+ 22 III, godz. 17:30 - Warsztaty rękodzieła świątecznego. W marcu z Klubem Kreatywnych Kobiet będziemy tworzyć ozdoby świąteczne w stylu rustykalnym. Podzielimy uczestników na grupy: jedna będzie wykonywać wieniec świąteczny na drzewie, a druga stroik wielkanocny na stół. Grupa I, godz. 17:30. Grupa II, godz. 18:30.

Klub Mirage Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Bohaterów Września 26
+ 21 III, godz. 16:00 - Spotkanie wielkanocne dla seniorów mistrzejowickich. Oprawą muzyczną tych niezwykłych chwil, a jednocześnie prezentem dla gości od „wielkanocnego zajączka” będzie koncert w wykonaniu kobiet biorących udział w marcowych spotkaniach wokalnych „Kobiety mają głos” w ramach projektu Miesiąc Krakowianek pod kierunkiem Katarzyny Grabowskiej. Dla uczestników zaplanowano świąteczny poczęstunek z tradycyjnym żurkiem wielkanocnym i babką lukrową. Obowiązują zapisy.
+ 22 III, godz. 17:00 - „W kręgu kobiet - ciało i umysł”. Drugie i ostatnie spotkanie w cyklu Moc Kobiet! Obiecujemy głęboką relaksację i regenerację. Zabierzcie ze sobą wygodny strój, ciepłe skarpetki, kocyk, poduszkę i wodę.

Klub Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Słoneczne 16
+ 16 III, godz. 11:00 - Sąsiedzkie wielkanocne warsztaty artystyczne. Podczas warsztatów uczestnicy wykonają wiszącą ozdobę wielkanocną. (f)

Teatr Ludowy
Duża Scena, os. Teatralne
+ 16 III (sobota), godz. 18 - Ballady i romanse. Horror School Musical.
+ 17 III (niedziela), godz. 16 - Wstyd.
TIM/Scena Kameralna, os. Teatralne
+ 17 III (niedziela), godz. 18 - Kruk z Tower.
TIM/Scena Warsztatowa, os. Teatralne
+ 15 III (piątek), godz. 10 - Trik Patryka.
+ 16 III (sobota), godz. 15 - Lokomotywą przez świat.
+ 19 i 20 III (wtorek i środa), godz. 9 - Trik Patryka.
Scena Pod Ratuszem, Rynek Główny 1
+ 15 III (piątek), godz. 19 - Sarenki.
+ 16 III (sobota), godz. 19 - Śmierć komiwojażera.
+ 17 III (niedziela), godz. 19.30 - Śmierć komiwojażera.
+ 19 III (wtorek), godz. 19 - Wszystko o kobietach.
+ 20 III (środa), godz. 18 - Wszystko o kobietach.
+ 21 III (czwartek), godz. 19 - Wstyd.

NOTOWANIA CENOWE

NA ŚWIĄTECZNY STÓŁ

Święta Wielkanocne zbliżają się szybkimi krokami. Chciałbym zarekomendować Państwu rewelacyjne wyroby rzemieślnicze o niepowtarzalnym smaku z MaNHattan Grill na ul. Bulwarowej, a w szczególności wędzonki przygotowywane



na miejscu o unikatowym smaku drzewa owocowego. Ceny podajemy za 1 kg. I tak można sobie zamówić szynkę wieprzową tradycyjną, szynkę wieprzową z czosnkiem i szynkę wieprzową ze śliwką po 65 zł, Pyszny jest karczek wieprzowy po staropolsku z morelą lub ze śliwką w cenie 60 zł. W takiej samej cenie jest schab z morelą lub ze śliwką. Takiego boczku tradycyjnego nigdzie nie kupicie tylko w MaNHattan Grillu po 60 zł, a kto woli może zamówić sobie Roladę boczkową w takiej samej cenie. Kto woli delikatniejsze mięso może kupić wędzoną pierś indyka po 60 zł. Polędwica wieprzowa solo lub z morelą, czy śliwką jest także po 60 zł. Polecam rewelacyjną kiełbasę wiejską z galaretką w cenie 45 zł/kg. Kto lubi domowy smalec może zamówić sobie w pojemniczkach po 250 gram po 12 zł lub dodatkowo ze śliwką po 14 zł. Renomowany kucharz przygotowuje także kilka rodzajów śledzików. I tak śledzie po kaszubsku, w oleju lub śmietanie są pakowane w pojemniki 500 gram i kosztują 25 zł. Wędliny są pakowane próżniowo, dzięki czemu zachowują świeżość, a nawet otwarte pięknie podsychają, co świadczy o jakości wyrobu i jego naturalnym rzemieślniczym pochodzeniu opartym na tradycyjnym przygotowaniu bez konserwantów i polepszaczy. Zamówienia świąteczne są już przyjmowane telefonicznie pod nr telefonu 513 855 131 do 18 marca br. Natomiast gotowe wyroby będą wydawane w MaNHattan Grill przy ul. Bulwarowej w terminie 25-26 marca w godzinach od 10.00 do 16.00.

(sp) Fot. autor

WALUTA

Dobra passa złotówki, która zyskuje na wartości dzięki zapowiedziom pozyskania funduszy z UE. Euro ma najniższy kurs od 5 lat. W kantorze na pl. Bieńczyce paw. 24 odnotowaliśmy następujące kursy walut: USD: 3,89-3,94 zł, euro: 4,26-4,31 zł, GBP: 4,99-5,04 zł, CHF: 4,44-4,50 zł. (mp)

KINO SFINKS - 15.03 - 21.03



W sobotę 16 marca o godz. 13:00 Dyskusyjny Klub Filmowy Kropka dla dzieci zaprasza na pokaz i rozmowę o filmie **MÓJ BRAT ROBOT**. Znajdujemy się w niedalekiej przyszłości, w której zażegnano kryzys klimatyczny, a ludzie żyją z osobistymi asystentami-robotami. Samotna 12-letnia Alberte dostaje na urodziny najnowszy model humanoida - Konrada, który wygląda i zachowuje się jak człowiek. Popularność Alberte, mającej teraz najbardziej zaawansowaną technologię w szkole, rośnie. Wydaje się też, że nawiązuje autentyczną więź z Konradem. Ale czy można zaprzyjaźnić się z robotem? Film jest rekomendowany przez Zespół Edukatorów Filmowych. Przeznaczony dla widzów 10+. Bilety: 10,00

W poniedziałek 18 III o godz. 18:00 Dyskusyjny Klub Filmowy Kropka zaprasza na pokaz i dyskusję o filmie **REALITY**. Ten zrealizowany przez Tinę Satter w 2023 roku obraz z rewelacją Sydney Sweeney w roli głównej był objawieniem Berlinale. Scenariusz tego kameralnego thrilleru oparty został na transkrypcie prawdziwego przesłuchania pracownicy rządowej przez agentów FBI. Ci pewnego dnia odwiedzają ją w domu z nakazem przeszkucia i poważnymi podejrzeniami. Rozpoczyna się gra nerwów, a atmosfera zagęszcza się z każdą minutą. Seans będzie dostępny z audiodeskrypcją w AudioMovie. Bilety: 17,00

REPERTUAR

15.03. (piątek): 17.00 Biała odwaga, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.15 Strefa interesów.
16.03. (sobota): 13.00 DKF Kropka dla dzieci: Mój brat robot, 17.00 Strefa interesów, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.05 Biała odwaga. 17.03. (niedziela): 17.00 Biała odwaga, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.15 Strefa interesów, 18.03. (poniedziałek): 18.00 DKF Kropka: reality (także z audiodeskrypcją). 19.03. (wtorek): 14.30 Filmowy Klub Seniora i Seniorki: Strefa interesów, 17.00 Biała odwaga, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.15 Strefa interesów. 20.03 (środa): 17.00 Strefa interesów, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.05 Biała odwaga. 21.03. (czwartek): 17.00 Biała odwaga, 18.00 Czasem myślę o umieraniu, 19.15 Strefa interesów.

NOWOŚCI W BIBLIOTECE

Biblioteka Górali Ośrodka Kultury Norwida, os. Górali 5 poleca:

+ **Maja Wolny, Pociąg do Imperium. Podróż po współczesnej Rosji, Wydawnictwo Marginesy, 2023.** Podróż przez Rosję czasu wojny. Maja Wolny jako jedna z niewielu pisarzy i pisarek na świecie jeździ po kraju Putina tuż po ogłoszeniu przez Rosję mobilizacji. W atmosferze strachu i kontroli pokonuje ponad dziesięć tysięcy kilometrów koleją, marszrutkami, samolotem. Odwiedza wioski, prowincjonalne miasteczka i metropolie, przemierzając Rosję od Kaliningradu po Kołymę. Rozmawia ze studentami, intelektualistką, parą bezdomnych, byłym agentem FSB, znajomymi z dawnych lat i przypadkowo spotkanymi Rosjanami. Szuka odpowiedzi na pytanie, jak mieszkańcy tego ogromnego kraju postrzegają wojnę w Ukrainie, jak oceniają rządzących i wreszcie, dlaczego się nie buntują i czy wojna zmieniła ich stosunek do nie-Rosjan. Podróżując śladami Ryszarda Kapuścińskiego, autorka odwiedza też dawne sowieckie republiki, które dziś są niezależnymi państwami: Gruzję, Armenię, Azerbejdżan, Mołdawię, Naddniestrze, a także Ukrainę i Białoruś. Maja Wolny nie brnie w eksperckie analizy i oceny. Pyta, patrzy, słucha i zapisuje. Zapis tej niezwykłej podróży staje się thrillerem non fiction, zwłaszcza kiedy podróż zostaje przerwana w nagły sposób. W styczniu 2023 została zatrzymana na granicy i otrzymała 20-letni zakaz wjazdu na teren Białorusi, który został wydany przez władze Rosji.

+ **Agnieszka Zakrzewicz, Rzym. Najpiękniejsze wakacje: powieść-przewodnik, Wydawnictwo Czarna Owca, 2023.** W niektórych miejscach można zakochać się jak w ludziach... Rzym to miasto, które uwodzi, mami, olśniewa, budząc na każdym kroku pożądanie i podziw. Eliza, młoda Polka, wraz ze swoją rzymską ciotką zwiedza przez tydzień Wieczne Miasto, poznając jego najważniejsze zabytki. Zanurza się w niesamowitą i surrealistyczną atmosferę, wczuwa w jego puls, spotyka rzymskie zjawy, a także miejską faunę. Kosztuje rzymskich przysmaków. W mieście, w którym fluidy miłości unoszą się na każdym kroku, trudno się nie zakochać... Już pierwszego dnia Eliza spotyka zielonookiego Amore, który obiecuje jej przejażdżkę na skuterze. Rzym. Najpiękniejsze wakacje to fascynująca powieść-przewodnik, którą można czytać na trzy sposoby: od deski do deski; rozdziałami, będącymi gotowymi trasami, które można wykorzystywać podczas zwiedzania; podrozdziałami, z których każdy opowiada o wybranym zabytku. W tle przeplatają się wielkie historie miłosne; pojawiają się wielcy bohaterowie historii i sztuki; nie brakuje cytatów filmowych.



NOWOHUCKI ALFABET SŁAWOMIRA PIETRZYKA

A jak Arka Pana, to kościół o niepowtarzalnym kształcie arki, który zaprojektował Władysław Pietrzyk. Pierwsze grudy ziemi pod budowę wykopał biskup Karol Wojtyła w 1967 roku. Budowa trwała 10 lat i 15 maja 1977 poświęcił go kardynał Karol Wojtyła. Ja już wówczas mieszkałem w Nowej Hucie na os. Niepodległości i zostałem na kilkanaście lat parafianinem kościoła Parafii Matki Bożej Królowej Polski. Do dzisiaj czuję sentyment do tego kościoła.

B jak Bieńczyce, to nazwa starej miejscowości w miejscu, której powstała Nowa Huta. Takich wsi było więcej m.in. Czyżyny, Grębałów, Mistrzejowice, Mogiła etc. Nazwy pozostały i noszą je samodzielnie osiedla lub nawet dzielnice, jak to ma miejsce w przypadku Bieńczy. Przez długie lata byłem związany z tą częścią starej dzielnicy Nowa Huta miejscem zamieszkania i do dzisiaj stanowi ona rejon moich licznych penetracji dziennikarskich. Stąd pochodził Eugeniusz Hajto, nieżyjący już, wybrany Nowohucianinem Roku, który był bohaterem moich wywiadów i reportaży jako uczestnik walk z hitlerowcami podczas II wojny światowej. Obecnie utrzymuję bliski kontakt z bieńczycaninem Wojciechem Capałą, mieszkającym na Cienistej i prowadzącym znany zakład wulkanizatorski „Krawal” przy skrzyżowaniu Kocmyrzkowskiej i Cienistej.

D jak „Dami” – taką nazwę nosiła sieć kablowa telewizji. Na jej bazie na początku lat dziewięćdziesiątych ub. wieku powstała lokalna telewizja DAMI, której zostałem redaktorem naczelnym. Gościliśmy w wielu nowohuckich domach z Wiadomościami Nowohuckimi i innymi lokalnymi programami. W tej stacji telewizyjnej współpracowałem z dziennikarzami Głosu, ale także wychowaliśmy swoich reporterów, jak red. Anię Kaszewską, która od lat związana jest z krakowskim ośrodkiem telewizyjnym. Do dzisiaj pamiętam relacje z meczów żużlowych Wandy przygotowywane przez Jurka Kujawskiego, czy reportaże z wielu wydarzeń w Nowej Hucie. Wiem że archiwum kaset z nagraniami TV DAMI uratowało się, bo wydobyłem go od właściciela i przekazałem Henryko-

wi Kazimierskiemu tworzącemu wówczas muzeum Nowej Huty.

G jak „Głos Nowej Huty”, czyli lokalna gazeta wychodząca pod taką nazwą od 1957 roku. Jej poprzedniczką była gazeta „Budujemy Socjalizm” założona w 1950 roku. Dzisiaj tradycje „Głosu Nowej Huty” kontynuuje „Głos Tygodnik Nowohucki”, który powstał w 1990 roku. Z obiema redakcjami jestem związany od 40 lat. Do „Głosu Nowej Huty” jeszcze jako gazety związanej z Kombinatem Metalurgicznym przyszedłem w 1983 roku, zostając jej redaktorem naczelnym po odejściu nieżyjących już naczelnych red. Andrzeja Barszcza i red. Mariana Oleksego. Współpracowałem z wieloma znanymi dziennikarzami jak red. Henryka Rosiek, czy obecnie Janem Franczykiem i Agnieszką Łoś. Wspominki związane z „Głosem” mógłbym ciągnąć długo, ale charakter tej publikacji to uniemożliwia. Mogę jedynie powiedzieć, że „Głos” stanowi kawał mojego życia i zajmuje w nim poczesne miejsce.

H jak „Hutnik” – klub sportowy od 75 lat związany z Nową Hutą. W czasach świetności miał drużyny i zawodników o ogólnopolskiej marce. Jeszcze na początku lat dziewięćdziesiątych piłkarze Hutnika grali w ekstraklasie i z AS Monaco w pucharach europejskich. Ten mecz sfilmowałem z TV DAMI. Stowarzyszenie Nowy Hutnik znakomicie odbudowało sekcję piłkarską na miarę oczekiwań nowohucian. Seniorzy grają w II lidze, ale prowadzona praca z dziećmi i młodzieżą przynosi efekty i młodzi juniorzy zajęli kiedyś 4 w miejsce w Polsce. Od lat pomagam Hutnikowi. To dzięki mnie w miejscu starego lodowiska powstał kompleks nowoczesnych boisk treningowych dla szkolenia dzieci i młodzieży oraz trenowania seniorów. Jak będę miał możliwość to doprowadzę z innymi przyjaciółmi Hutnika do zbudowania tutaj nowoczesnego stadionu.

K jak Kronika Filmowa, a chodzi mi oczywiście o Nowohucką Kronikę Filmową, która powstała przed dzięki Jurkowi Ridanowi laty i jest regularnie wyświetlana w kinie Sfinks, a także emitowana przez lokalny ośrodek TVP. Pracuje w niej reportersko Ro-

bert Musiałek, także od lat związany z redakcją „Głosu Tygodnika Nowohuckiego”. Wielokrotnie załatwiałem dodatkowe fundusze na działanie NKF i dzięki temu przetrwała trudne czasy.

L jak licea nowohuckie. W trzech z nich pracowałem jako nauczyciel. W XII LO w latach osiemdziesiątych uczyłem w zaocznym studium prawa. Podobnie jak w III LO im. Jana Kochanowskiego. W tym liceum pracowałem najdłużej ucząc przedmiotów fakultatywnych jak prawo i ekonomia, a także prowadząc zajęcia z dziennikarstwa. Warsztaty dziennikarskie prowadziłem również w najstarszym nowohuckim liceum XI LO im. Marii Dąbrowskiej.

M jak Małopolska Fundacja Dom Kombatanta RP Muzeum Czynu Zbrojnego. Byłem jej współzałożycielem i jestem prezesem zarządu od początku, czyli od 2004 roku do chwili obecnej. Jej siedzibą jest Dom Kombatanta RP w os. Górali 23, gdzie mieszczą się organizacje kombatanckie: Związek Kombatantów i b. Więźniów Politycznych, Związek Inwalidów Wojennych, Światowy Związek Żołnierzy AK, Stowarzyszenie Dzieci Wojny. Fundacji przeze mnie kierowanej udało się stworzyć jedną rodzinę kombatancką i uratować Muzeum Czynu Zbrojnego ze słynnym czołgiem, który mocno wrósł w pejzaż Nowej Huty. Muzeum obecnie zostało przekazane Muzeum Armii Krajowej, które po remoncie zamierza tutaj utworzyć Oddział swojego muzeum.

N jak Niepodległości, czyli osiedle nowohuckie, położone w Dzielnicy XVI Bieńczyce. Tutaj zamieszkałem w 1976 roku w „puchatku” nr 10 na czwartym piętrze, nieopodal Ronda Kocmyrzkowskiego. Blok wchodził w skład zasobów największej wówczas spółdzielni mieszkaniowej w Krakowie „Hutnik”. Obecnie blok wchodzi w skład zasobów SM „Victoria” z którą współpracuję dziennikarsko od lat.

O jak Ośrodek Kultury Kraków Nowa Huta. Od lat współpracuję z klubami prowadzonymi przez ten Ośrodek, od powstania kierowany przez kolegę Bartka Juszczaka, a obecnie przez Mał-

gorzatę Jezutek. Regularnie bywam jako aktywny ich uczestnik na imprezach organizowanych w „Dukacie” (Grębałów), „Karino” (Chałupki), „Herkules” (Branice), „Pod Kasztanami” (Kościelniki), „Wersaliku” (os. Ogrodowe), „Jędrusiu” (os. Centrum A), 303 w os. Dywizjonu 303, a także w Krzesławicach i na os. Słonecznym Dożynki, Święto Dyni, konkursy Ogrodek przed domem. Dni poszczególnych osiedli to sztafeta imprez w których nie tylko uczestniczę, ale zamieszczam z nich relacje na łamach „Głosu”.

P jak Policealna Szkoła Pracowników Służb Społecznych w os. Stalowym. Tutaj przez lata do chwili likwidacji szkoły byłem nauczycielem etatowym prawa. Szkołą długo kierowała Stanisława Urbaniak (późniejsza zastępca prezydenta M. Krakowa), która przyczyniła się do jej znacznego rozwoju. Niestety, w związku z licznymi reformami oświaty szkoła ta nie obroniła się przed ich skutkami i została zlikwidowana. Obecnie mieści się tutaj Akademia Pedagogiczna. Część grona przeszła do Policealnej Szkoły w os. Teatrlnym, obecnie Zespół Jednostek Edukacyjnych Województwa Małopolskiego w Krakowie, gdzie kontynuowałem pracę dydaktyczną na kierunkach zaocznych Opiekuna w DPS, Opiekuna Medycznego, Asystenta Osób Niepełnosprawnych. Mile wspominam swoich uczniów i uczennice z których wiele pracuje w placówkach pomocy społecznej.

S jak Szpital Żeromskiego Tutaj urodził się mój syn Marcin, a bywało, że ja i moja rodzina korzystaliśmy z pomocy lekarskiej w tej placówce. W starych murach, poddawanych rewitalizacji mieści się obecnie nowoczesny szpital, posiadający wyposażenie na miarę XXI wieku. Przede wszystkim szpital bogaty jest w ludzi. Pracujący tutaj lekarze i personel medyczny są wybitnymi fachowcami oddanymi swoim pacjentom. Cieszę się, że w ostatnich latach mogłem włączyć się w rozwój szpitala jako radny M. Krakowa oraz członek Rady Społecznej Szpitala.

T jak „Tomex” – plac targowy położony przy ul. Bieńczyckiej, przylegający do osiedla Niepodległości. Ten jedno z naj-

wiekszych centrów handlowych stanowi istotny element moich dziennikarskich penetracji. Prowadząc w „Głosie” rubrykę „Notowania cenowe” często goszczę na tym placu, odwiedzając „Leśne Runo”, jedyną z prawdziwego zdarzenia placówkę z wyrobami góralskimi (pyszne oscypki), Martwi mnie tylko jedno, że wszzechobecne hipermarkety zabierają klientów takim bazarom jak Tomex, a tylko tutaj, w niepowtarzalnej atmosferze można dokonać zakupów zdrowej i ekologicznej żywności, nie wspominając o tanich zakupach odzieży, obuwia, czy innych artykułów.

V jak „Victoria” taką nazwę nosi spółdzielnia mieszkaniowa posiadająca swoje zasoby w Dzielnicy XVI głównie dla osiedlach: Albertyńskim, Niepodległości (moje osiedle), Kościuszkowskim, a także Kolorowym. Jednym z najbardziej aktywnych działaczy tej spółdzielni z którym współpracowałem był śp. Zdzisław Pawiński, niedościgny społecznik upominający się o sprawę mieszkańców tego rejonu, że tylko wspólną sprawę parkingu w os. Albertyńskim czy inicjator dokończenia wykupu gruntu przez SM „Viktoria”. W zasobach tej spółdzielni najpierw w os. XX lecia (Albertyńskie), a później w os. Kościuszkowskim mieściły się studia TV DAMI, gdzie powstawały programy naszej lokalnej telewizji, którą kierowałem kilka lat, do jej inkorporowania przez Polską Telewizję Kablową.

Ż jak Żużel w Nowej Hucie przeżywał sukcesy w latach pięćdziesiątych XX wieku. Poznałem osobiście nieżyjącego już lidera ówczesnego zespołu pana Fijałkowskiego. Brałem udział w odnowie żużla na początku lat 90-tych i jak już wspominałem w TV DAMI robiliśmy relacje z zawodów żużlowych. Obecnie jako radny M. Krakowa wniosłem w ub. r. poprawki do budżetu w wyniku których odnowiono stadion żużlowy. Teraz jest szansa powrotu żużla do Nowej Huty i to już wkrótce (na zdjęciu na str. 1).

SŁAWOMIR PIETRZYK

REMONT AL. SOLIDARNOŚCI

Al. Solidarności od dłuższego czasu jest w opłakanym stanie. Jazda po niej przypomina pokonywanie toru przeszkód z licznymi dziurami. We wtorek 5 marca rozpoczął się długo wyczekiwany remont nakładkowy tej drogi. Aleja Solidarności to jeden z najważniejszych traktów Nowej Huty. Aleja łączy okolice kombinatu z Placem Centralnym. Prace mają zostać podzielone na etapy (dostosowane do środków jakimi ZDMK będzie dysponować): Pierwszym etapem ma być remont nawierzchni na „agrafcie” przy Zalewie Nowohuckim, na wysokości skrzyżowania z ul. Bulwarową – tu koszt przewidziano na ok. 2 mln zł. Następnie będzie remontowane skrzyżo-

wanie z ul. Orkana i Struga. Uregulowane zostaną tam wysokości przejścia dla pieszych i przejazdy rowerowe, a także poprawione perony przystankowe. Jako trzeci etap naprawione zostaną odcinki pomiędzy skrzyżowaniami. Remont może zatem być długi i wiadomo, że utrudni życie w Nowej Hucie. Aleja Solidarności łączy okolice kombinatu z Placem Centralnym w Nowej Hucie. „Obsługuje”

osiedla Centrum A, Centrum B, Szkolne i Stalowe oraz Zalew Nowohucki. Przewiduje się, że cały remont może potrwać ok. 2 miesiące. Oczywiście to nie koniec modernizacji tej arterii, bo w przygotowaniu jest generalny remont torowiska tramwajowego. (mp) Fot. autor



Odszkodowania za represje w PRL dla poszkodowanych i ich rodzin

za
zbrodnie stalinowskie, aresztowania, internowania, skazania, powołania do wojska i inne



sprawy prowadzi
advokat Jakub Tolasz
Telefon: 577 742 274
jakub.tolasz@adwokatura.pl

„GRY I ZABAWY W DUCHU ZDROWEJ RYWALIZACJI” CZYLI RODZINNA SOBOTA W MDK.

W sobotę 9 marca 2024 roku miejsce miała kolejna propozycja z cyklu „Rodzinne Soboty” w Młodzieżowym Domu Kultury im. Andrzeja Bursy w Krakowie. Tym razem na sportowo, pod hasłem „Gry i zabawy w duchu zdrowej rywalizacji”. Od 10.00 miały miejsce zajęcia sportowe prowadzone przez Pana Janusza Puchałkę. Dzieci wraz z rodzicami brały udział w ćwiczeniach, grach i zabawach trenujących zręczność, refleks, umiejętność synchronizacji ciała, rywalizacji grupowej oraz dobrą kondycję. Jak zawsze mogliśmy liczyć na naszych uczestników i frekwencja była znakomita. Nie zabrakło relaksu, dawki uśmiechu

a przede wszystkim dobrej zabawy; od „berka” po „zbijaka”. Na koniec miała miejsce niespodzianka przygotowana przez Radę Dzielnicy XV Mistrzejowice, upominki dla uczestników wręczył Pan Przewodniczący Marek Hohenauer.

„Rodzinne soboty” to cykliczne wydarzenie dedykowane wszystkim rodzinom chcącym aktywnie spędzić wspólny, wolny od obowiązków czas. Szczególnie zapraszamy mieszkańców Dzielnicy XV Mistrzejowice. Każda sobota to odrębna, nowa i nieprzewidywalna propozycja przygotowana i prowadzona przez nauczycie-

li – instruktorów naszego MDK. Do tej pory odbyły się już warsztaty malowania światłem, zajęcia sztuki użytkowej, rodzinny pokaz filmowy „Bajki naszych rodziców”, warsztaty taneczne z Elzą – bohaterką Krainy Łodu, „Rodzinny bal przebierańców”, spotkania z autorami książek dla dzieci, a także pokaz bajek na niespotykanym już „w obiegu” projektorze Ania. Przed nami dużo, dużo więcej! Zapraszamy do udziału w naszym cyklu i wspólnego spędzania sobót w Młodzieżowym Domu Kultury im. Andrzeja Bursy. Do zobaczenia na Tysiąclecia 15!

Radek Radoszek



DZIEŃ KOBIET W CAS MISTRZEJOWICE

8 marca z okazji Dnia Kobiet odbyło się spotkanie w CAS Mistrzejowice na osiedlu Piastów z seniorami naszej dzielnicy. W wydarzeniu wziął udział Przewodniczący Rady Dzielnicy XV Mistrzejowice Marek Hohenauer, który w imieniu wszystkich radnych przekazał życzenia oraz wręczył drobne upominki.



RADA I ZARZĄD DZIELNICY MISTRZEJOWICE:

Przewodniczący: Marek Hohenauer, z-a przewodniczącego: Konrad Maciejowski, członkowie zarządu: Krzysztof Bąk, Anna Trzoniec, Grzegorz Gil. Biuro Rady Dzielnicy: ul. Miśnięska 58, tel. 12 648-96-18. Przyjmowanie mieszkańców: poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek w g. 11.00-15.30 oraz środa od 12.00 do 16.00. Dyżury członków Zarządu: Przewodniczący - druga środa miesiąca w g. 16.00-17.00, z-a przewodniczącego: trzecia środa miesiąca w g. 15.00-16.00, Krzysztof Bąk - ostatni czwartek miesiąca w g. 17.00-18.00, Anna Trzoniec - pierwszy wtorek miesiąca w g. 14.30-15.30. Strona internetowa: www.dzielnica15.krakow.pl, e-mail: rada@dzielnica15.krakow.pl.

DZIEŃ KOBIET W DZIELNICY XVII

Kluby Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta hucznie obchodziły marcowe święto kobiet. Był czas na relaks, naukę technik automasażu, ale też makijażu, uczestniczki mogły rozluźnić się przy kojących dźwiękach mis i gongów, ale też potańczyć do muzyki w wykonaniu znanych krakowskich artystów.

Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta obchody Dnia Kobiet rozpoczął już 1 marca w Klubie Aneks. Mieszkanke Łuczanowic i okolic zostały zaproszone na wspólny dzień relaksu i zadbania o siebie. Prowadząca spotkanie Karolina Radosz poruszyła z uczestniczkami ważne tematy kosmetyczne oraz zaprezentowała, jak wygląda zabieg remodelingu skóry. Następnie kobiety uczyły się metod automasażu twarzy. Spotkanie odbyło się dzięki środkom finansowym Rady i Zarządu Dzielnicy XVII Wzgórz Krzesławickie. Klub odwiedziła Radna Miasta Krakowa Bogumiła Drabik.

8 marca Klub Krzesławice również położył nacisk na troskę o siebie. Wydarzenie rozpoczął pokaz makijażu. Następnie przyszedł czas na ukojenie dla duszy: zasłużony relaks przy mistycznych dźwiękach mis i gongów. Nie zabrakło też

przyjemności dla ciała – słodkiego poczęstunku. Wydarzenie sfinansowano z Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa (edycja 2023).

W sobotni wieczór (9 marca) Klub Zakole wypełniły piosenki w wykonaniu Marcela Sbranchelli i Marty Walickiej. Artystki porwali gości do wspólnej zabawy, tworząc niesamowitą atmosferę, pełną radości i życzliwości.

Klub Dukat postanowił połączyć Dzień Kobiet z Dniem Mężczyzn i 10 marca zaprosił wszystkich na huczną imprezę. Zwyczaj corocznego wspólnego świętowania w damskim gronie, przy udziale i mocnym zaangażowaniu Pann z Towarzystwa Przyjaciół Grębałowa, jest już tradycją tego miejsca.

Wieczór rozpoczął się oficjalnym powitaniem Gości przez kierowniczkę Klubu – Magdalenę Rutkowską-Oliwa oraz



Przewodniczącą Towarzystwa Przyjaciół Grębałowa oraz Rady i Zarządu Dzielnicy XVII – Andrzeja Dziedzica. Część artystyczną spotkania wypełnił program w wykonaniu Grupy MALU. Lucyna Rutkowska i Leszek Wilk rozśpiewali publiczność zapraszając wszystkich na muzyczną opo-

wieść o Krakowie.

Do obchodów w Dukacie i Zakole dołączyli: Prezydent Miasta Krakowa Andrzej Kulig, Andrzej Dziedzic – Przewodniczący Towarzystwa Przyjaciół Grębałowa oraz Rady i Zarządu Dzielnicy XVII Wzgórz Krzesławickie, Jerzy Wójcik – Zastępca Przewodniczą-

cego Rady i Zarządu, Wiesław Wojnarski – Członek Zarządu, Radne Dzielnicy Katarzyna Frankiewicz i Lucyna Madej, Radni Miasta Krakowa Kazimierz Chrzanowski i Renata Kucharska. Dukat odwiedził również Józef Pilch – Wojewoda Małopolski w latach 2015-2017.



RADA I ZARZĄD DZIELNICY XVII WZGÓRZA KRZESŁAWICKIE

os. Na Stoku 15, tel. 12 645 30 09, tel/faks 12 645 14 17, rada@dzielnica17.krakow.pl

Przewodniczący- Andrzej Dziedzic, zastępca przewodniczącego Jerzy Wójcik, członek zarządu Wiesław Wojnarski.

Dyżur Przewodniczącego Rady i Zarządu Andrzeja Dziedzica : poniedziałek i środa w godzinach 14.00 – 15.00, w siedzibie Rady Dzielnicy XVII os. Na Stoku 15 w Krakowie po wcześniejszym uzgodnieniu terminu w sekretariacie Rady Dzielnicy pod numerem tel. 12 645 30 09

ŚWIATOWY DZIEŃ WODY

„Woda dla pokoju”

to hasło przewodnie Światowego Dnia Wody 2024

Woda - fundamentalny element życia na Ziemi, który łączy ludzi bez względu na kulturę, religię czy pochodzenie.

Mimo, że jest niezbędna do przeżycia, wielu ludzi na świecie wciąż nie ma dostępu do czystej wody pitnej. Dla milionów ludzi na całym globie, jest odległym i niedostępnym luksusem. Dlatego woda może wprowadzać pokój, ale też wywoływać konflikty. Kiedy jest jej mało, gdy ludzie nie mają do niej równego dostępu, wzrastają napięcia między społecznościami i krajami.

Przez wspólną troskę o zasoby wodne wywołujemy pozytywny efekt falo- wy – wspierając harmonię między społecznościami i narodami, generując dobrobyt i budując odporność na wspólne wyzwania. Powinniśmy działać, mając świadomość, że woda to nie tylko zasób, z którego należy korzy- stać – jest to prawo człowieka nieodłącznie związane z każdym aspektem życia. Dbając o zasoby wodne i wykorzystując je dla pokoju, kładziemy podwaliny pod bardziej stabilne i dostatnie jutro dla przyszłych pokoleń.

Tegoroczne hasło Światowego Dnia Wody „Woda dla Pokoju” można od- nieść również do działań pomocowych, jakie Wodociągi Miasta Krakowa S.A. realizują dla mieszkańców Ukrainy.

Wybuch wojny to zdecydowany wzrost znaczenia usług publicznych, prąd i woda stają się najważniejsze dla mieszkańców zaatakowanego kraju. Wie- my, jak ważna dla zdrowia publicznego, systemów żywnościowych i ener- getycznych, produktywności gospodarczej i integralności środowiskowej jest nieprzerwana praca wodociągów. Dlatego natychmiast po wybuchu wojny w Ukrainie nasza społeczność ruszyła z pomocą napadniętemu sąsiadowi. Przekazaliśmy przedsiębiorstwu Комунальне підприємство „Дрогобичводоканал” w Drohobyczu samochód specjalistyczny do eks- ploatacji sieci oraz dwa pojazdy do przewozu wody pitnej, tak ważne w momentach braku zasilania w energię elektryczną, co przekłada się na brak dostępu do wody. Każda z cystern może przewozić 5000 litrów wody w sytuacji kryzysowej. Z drohobyckimi wodociągami współpracujemy już od wielu lat dzieląc się wiedzą i wymieniając doświadczeniem. Obecnie re- alizujemy cykl szkoleń online, dzięki którym pracownicy pogłębią wiedzę z zakresu gospodarki wodno-ściekowej, funkcjonowania przedsiębiorstwa wod-kan, nowych technologii i dobrych praktyk.

Jesteśmy z Wami. Każdego Dnia!



Ale nie tylko współpraca między przedsiębiorstwami ma znaczenie. Od początku wojny w Ukrainie organizujemy wsparcie humanitarne w ramach akcji „czułe H₂O przekracza granice”!

W ciągu 48 godzin od wybuchu wojny w Ukrainie zabezpieczyliśmy naj- ważniejsze produkty i dzięki zaangażowaniu szeregu osób spoza firmy, ruszyliśmy na granicę. 4 tiry, 13 samochodów wodociągowych i 20 pra- cowników Spółki, z Piotrem Ziętara – Prezesem Zarządu na czele, dostar- czyło łącznie 11 ton darów dla mieszkańców Ukrainy, najpotrzebniejszych w pierwszych godzinach napaści. Kolejne dni to wielka zbiórka darów, w której uczestniczyli mieszkańcy Krakowa, przedstawiciele Urzędu Miasta Krakowa, spółek miejskich, uczelni i zaprzyjaźnionych instytucji. Sortowanie odbywało się między innymi na terenie Zakładu Uzdatniania Wody Raba, skąd wyjechało 25 tirów wyładowanych darami.

W czasie dwóch lat zorganizowaliśmy kilka dostaw pomocy humanitar- nej. Artykuły spożywcze, higieniczne, medyczne zaspokajają podstawo- we potrzeby. Wspieramy ponad 200 rodzin, którymi na co dzień opie- kuje się Wspólnota Polska i Polska Sobotnia Szkoła im. Królowej Jadwigi w Drohobyczu oraz członków Stowarzyszenia Nauczycieli Języka Polskie- go w Ukrainie. Pomoc organizujemy we współpracy z Tarasem Kuczma Merem Miasta Drohobycza, Wołodymirem Kondziołką oraz Romanem Szagalą Dyrektorem Wodociągów w Drohobyczu. O naszych przyjacio- łach pamiętamy i w tym roku. Wielkanocne paczki już za chwilę trafią do Drohobycza.



**WODOCIĄGI
Miasta Krakowa**

FESTIWAL ROZMAITOŚCI

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta przejął czyżyńskie ulice podczas kolejnej odsłony Festiwalu Rozmaitości – święta dla wszystkich miłośników parad i aktywności okołocyrkowych! Przez pierwszy weekend marca program festiwalowy pękał w szwach od rozmaitych warsztatów, zabaw i występów.

Najmłodsi uczestnicy mieli okazję szlifować swoje umiejętności na różnorodnych warsztatach artystycznych, m.in.: plectrum makram, wyklejanie mandali, czy tworzenie własnej biżuterii. Dodatkowo mogli spróbować swoich sił w sztukach walki podczas warsztatów Capoeiry. Nauczyli się też tajników sadzenia roślinek i tworzyli własne roboty z klocków Lego. Atrakcyjną przygodą było również spotkanie z bajką afrykańską, podczas którego dzieci budowały własne maski.

Niedziela upłynęła wśród występów wychowanków Klubu 303 OKKNH. Było wesoło, kolorowo, no i oczywiście CYRKOWO! Klub wypełnił brzmienia najpopularniejszych piosenek, jak na przykład The Time Of My Life, do którego na dwóch kółkach zatańczyła para utalentowanych monocyklistów. Publiczność miała okazję podziwiać rozmaite oblicza sztuki cyrkowej – od występu klauna, przez spacer po linie, na akrobacjach kończąc. Po spektakularnych pokazach nadszedł czas na punkt kulminacyjny festiwalu: Wielką

Paradę Cyrkową, która na jeden wieczór przeobraziła ulice dzielnicy Czyżyny w centrum cyrkowego szaleństwa. Na czele maszerowali szczudlarze, z głośników płynęła muzyka, a w pochodzie tanecznym krokiem poruszali się młodzi cyrkowcy w kolorowych przebraniach.

Klub 303 OKKNH słynie z cyrkowych warsztatów – na zajęcia przyjeżdżają dzieci i młodzież z całego Krakowa i okolic. Liczne akcje, happenin-gi i instalacje artystyczne, wieloletnia współpraca z cyrkami i teatrami z Francji i Niemiec – oto wizytówka klubu, który jest zawsze otwarty na mieszkańców i pracuje na rzecz środowiska lokalnego Dzielnicy XIV Czyżyny.

Swoją przygodę z cyrkiem wychowankowie Klubu 303 zaczynają od Zerówki Cyrkowej. Są to zajęcia nastawione na rozwój psychomotoryczny dla dzieci i młodzieży. Poprzez działania z różnymi rekwizytami (piłki, chusty, obręcze) ćwiczona jest koordynacja ruchowa. Dzięki takim sprzętom jak szczudła czy lina cyrkowa budowana jest świadomość ciała oraz udoskonalana równowaga i poprawna postawa. Duży nacisk, oprócz rozwijania umiejętności sprawnościowych, koordynacji, koncentracji i refleksu, kładziony jest na integrację grupową, współdziałanie i budowanie grupowej świadomości.

W bardziej zaawansowanych grupach uczestnicy kontynuują naukę balansu przy pomocy



różnych cyrkowych sprzętów (rola-bola, liny czy szczudła), żonglerki (piłkami, chustkami, obręczami i innymi). Zgłębiają również kolejne cyrkowe tajniki, takie jak np. poi, diabolo czy jazda na monocyklach!

Klub 303 OKKNH prowadzi stałą rekrutację na zajęcia, dodatkowo organizując cykliczne wydarzenia cyrkowe (i nie tylko!), jak chociażby Cyrkowa Sobota. Więcej informacji o działalności Klubu 303 znajdziecie na stronie: <https://krakownh.pl/oddzial/klub-303>

Fot. Adrianna Michałek
Fotografia



Z NOTESU KIBICA

16.03 (sobota) – godz. 12, piłkarska Centralna Liga Juniorów Młodszych – grupa wschodnia: Hutnik – Korona Kielce
16.03 (sb) – godz. 16, II liga siatkówki mężczyzn – grupa czwarta: Hutnik – Avia Sędziszów Małopolski (hala SP 105, os. Słoneczne); godz. 16: Sparta – MKS Andrychów (hala ZSOS 2, os. Teatralne 35)
17.03 (niedziela) – godz. 11, piłkarska klasa okręgowa – grupa II: Grębałowianka – Bieżanowianka Kraków

Z PIŁKARSKICH BOISK

Centralna Liga Juniorów Młodszych – grupa wschodnia. KKP Korona Kielce – Hutnik 2-1 (1-0): Gałek. Hutnicy (bramkę zdobyli dopiero w 95 min) pomimo porażki z także broniącymi się przed spadkiem kielczanami dalej mieszczą się nad strefą spadkową, zajmując jedenaste miejsce – 21 pkt. Teraz zagrają u siebie z inną Koroną Kielce, która również stara się uniknąć spadku. Prowadzi Legia Warszawa – 41 pkt. **(dan)**

WIEŚCI SPOD SIATKI

Mistrzostwa Polski juniorów. W Bartoszycach rozegrany został turniej finałowy. Wśród biorących w nim udział drużyn znalazła się nowohucka Sparta/AGH. Występy zaczęła od porażki 2-3 (26-28, 26-24, 22-25, 25-17, 8-15) z Lechią Tomaszów Mazowiecki. Także kolejny mecz, z Energetykiem Poznań, zakończył się jej przegraną 0-3 (18-25, 18-25, 24-26). Na zakończenie rywalizacji grupowej pokonała 3-0 (25-19, 25-21, 25-22) Metro Warszawa. Niestety, nie zakwalifikowała się jednak do kolejnej fazy i ostatecznie ulokowała się na piątej pozycji. W spotkaniu o tą lokatę pokonała AT Jastrzębski Węgiel 3-2 (26-24, 28-26, 12-25, 18-25, 15-12). Mistrzem Polski został AZS Częstochowa, który pokonał w finale Trefl Gdańsk 3-2.
II Liga Małopolska mężczyzn – grupa finałowa. Hutnik II – MKS Proszowice (22-25, 25-15, 25-21, 18-25, 23-21). Prowadzi Hutnik – 22 pkt, 3. Sparta – 14 pkt. **(dan)**

WYLECIELI ZE STREFY

HUTNIK – WISŁA PUŁAWY 1-1 (0-1)

0-1 – Garcia (2), 1-1 – Wróbel (57).

HUTNIK: Frątczak – Kiełsiś, Tarasovs, Hoyo-Kowalski, Marcinkowski – Lelek (82. Jania), Drag (89. Zawadzki), Świątek, Urbańczyk, Rakels (90. K. Głogowski) – Wróbel.

Sędziował Piotr Szypuła z Bielska-Białej. Żółte kartki: Świątek, Drag, Marcinkowski, Kiełsiś – Noiszewski, Kołtański, Janicki. Widzów: 620.

Futboliści z Nowej Huty zdają się pozostawać jeszcze w zimowej drzemce. Po wznowieniu rozgrywek wystąpili w trzech meczach, każdy kończąc remisem. Do tego, w każdym z nich musieli gonić

wynik, gdyż to ich przeciwnicy otwierali wynik. Na szczęście udało im się wyrównać, ale uzyskali w tych spotkaniach tylko 3 punkty zamiast dziewięciu. Rywale jednak nie śpią i kilku z nich zdołało ich

wyprzedzić.

W starciu z broniącą się przed spadkiem Wisłą mocny cios otrzymali już w 82 sekundzie. Niestety, przyczynił się do tego niefortunnym zagranie Daniel Hoyo-Kowalski. Zadowoleni z prowadzenia goście szybko przestawili przedstawili szyki na bardziej obronne, ale hutnicy zbyt im nie zagrażali, poza trafieniami w słupek i poprzeczkę. Po zmianie stron krakowianie uzyskali przewagę, bo przyjezdni zaczęli opadać z

sił. Częściej strzelali na przeciwną bramkę, efektem czego była tylko celna główka Marcina Wróbla. Nie potrafili przy tym jednak wykorzystać okazji, jakie im dawał bramkarz Wisły, który po ich strzałach wypuszczał piłkę z rąk. Na czele tabeli II ligi pozostaje Kotwica Kołobrzeg, która zgromadziła 44 pkt, a Hutnik spadł na siódmą pozycję, poza strefą barażową – 33 pkt. Teraz czeka go wyjazd do rezerw ŁKS Łódź, które plasują się tuż za nim. **(dan)**

ODWAGA POPŁACIŁA

PUSZCZA NIEPOŁOMICE – RAKÓW CZĘSTOCHOWA 1-1 (0-1)

0-1 – Craciun (21. samob.), 1-1 – Sołowiej (90. rzut karny).

PUSZCZA: Zych – Mroziński, Wojcinowicz, Craciun (46. Sołowiej), Jakuba – Revenco, Stępień (74. Walski), Serafin (46. Siemaszko), Hajda (78. Tomalski), Lee – Zapolnik (78. Majchrzak).

Sędziował Damian Sylwestrzak z Wrocławia. Żółta kartka: Tudor; czerwone kartki: Revenco (26. faul) – Tudor (50. druga żółta). Widzów: 2264.

Przed meczem widać było, jaki respekt wobec mistrza Polski czują piłkarze z Niepołomic. W ich składzie trener Tomasz Tułacz wystawił bowiem w większości zawodników defensywnych. Wyglądało tak, jakby myślał o tym, żeby nie przegrać, ale pierwszą akcję wprowadził Jin-hyun Lee, lecz Piotr

Mroziński nie wykorzystał podania. Po czym do głosu doszli goście, aż czerwoną kartkę zobaczył Ioan-Calin Revenco. Faul był, ale bardziej brutalne nasi sędziowie często przepuszczają, wiele jednak zależy od tego, kto je popełnia. Jakby tego było mało, za parę minut Artur Craciun skierował

piłkę do własnej bramki, próbując ją wybić po niefortunnej interwencji Jakuba Serafina. I wszystko wskazywało, że „Żubry” przegrają, choć dzielnie odpierały ataki.

Jednak po przerwie, gdy siły się wyrównały, zaczęły szukać okazji do wyrównania, grając bardziej otwarcie. Czas jednak upływał, a gola wciąż nie uzyskał. I zanosilo się na ich porażkę, bowiem 90 minuta upłynęła, ale po uderzeniu Mrozińskiego jeden z przyjezdnych zagrał piłkę ręką. Wątpliwości żadnych nie było i Łukasz Sołowiej pewnie wykorzystał rzut

karny. – Chciałbym pochwalić chłopaków. Szczególnie za postawę po przerwie i determinację. Za to, że starali się odwrócić przebieg meczu – dziękować swym graczom trener Tułacz.
Na pierwsze miejsce w tabeli ekstraklasy powróciła Jagiellonia Białystok – 45 pkt, która wygrała z dotychczasowym przodownikiem, Śląskiem Wrocław. Puszcza, cały czas jest zagrożona degradacją, w środku tygodnia dokończyła przerwany mecz z Piastem Gliwice. **(dan)**

PRZESĄDZIŁA OSTATNIA AKCJA

HUTNIK – SIÓDEMKĄ MYSŁOWICE 25-26 (13-13)

HUTNIK: Pęgielski, Dzięgiel – Wnęk 5, Krawczyk 3, Sobczyk 2, Przała 2, Kondela, Gubała 1, Dziędzic 1, Krzysztof 3, Dzierwa, Słowiński 3, Jagielak 1, Maj, Adaś, Żarnowski 4.

Zmienną formę prezentują w tym sezonie piłkarze ręczni Hutnika, którzy o jedno spotkanie więcej przegrali niż wygrali. Rywale w tym przypadku nie mają znaczenia. Teraz przegrali w ciągu tygodnia dwa razy z zespołami niżej się plasującymi.

Konfrontacja ze śląską ekipą była jednak bardzo wyrównana, a prowadzenie często się zmieniało. Przed przerwą hutnikom udało się jednak uzyskać trzybramkową przewagę – po rzucie Michała Żarnowskiego było już 11-8 – ale jak to mają w zwyczaju w końcu

musieli się zatrzymać i przyjezdni trafili cztery razy. Jednak po rzucie najmłodszego w zespole i najsilniejszego tego dnia Pawła Wnęką wyszli jeszcze na prowadzenie.

Po przerwie gra obu stron wyglądała podobnie. Raz jedni, raz drudzy uzyskiwali na chwilę bramkę przewagi. Ale w samej końcówce szczypiorniści ze Śląska powiększyli ją do dwóch goli, lecz znowu pokazał się Wnęk. Cóż tego, skoro w ostatniej akcji dnia Hutnik nie powstrzymał rywali i skończyło się jego porażką.

Liderem czwartej grupy II ligi pozostaje od listopada Vive II Kielce – 39 pkt. Hutnik spadł o dwie pozycje i teraz jest ósmy – 24 pkt. Kolejne spotkanie rozegra na wyjeździe dopiero w czwartek, 21 marca z SMS III ZPRP Kielce.

(dan)

WAGNER BĘDZIE W LIPCU

Kraków przywykł do tego, że w Tauron Arenie odbywa się Memoriał Huberta Jerzego Wagnera – znakomitego przed laty szkoleniowca, który przysporzył naszej siatkówce największe trofea. Będzie to 21 taka impreza, dziewiąta w obiekcie w Czyżynach, ósma z rzędu.

Tym razem rozegrana zostanie we wcześniejszym terminie niż przeważnie – ze względu na Igrzyska Olimpijskie w Paryżu – gdyż w dniach 12-14 lipca. Oprócz polskich siatkarzy wezmą w niej udział drużyny narodowe Niemiec i Słowenii oraz czwarty zespół, ale na razie nie wiadomo jakiego (będzie to jeden z tych, który zakwalifikuje się do igrzysk). Będzie to więc

próbą generalną przed Paryżem. We Francji wystąpi dwanaście reprezentacji, ale razie przesądzony jest udział tylko gospodarzy. Polscy sympatycy siatkówki nie mogą sobie jednak wyobrazić, żeby dwa tygodnie później zabrakło naszych.

W sprzedaży są już wejściówki na krakowskie zawody – można je nabywać za pośrednictwem strony eventim.pl – a organizatorzy chwalą się, że ich ceny utrzymano na poziomie z zeszłego roku. Jest siedem kategorii biletów. Najtańsze kosztują tylko 30 zł, ale trzeba pamiętać, że jest jeszcze tzw. opłata serwisowa, którą bierze sprzedawca.

(dan)

SZPADZISTKI WALCZĄ O PARYŻ

Niewiele czasu zostało szermierzom starającym się o udział w Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu. W przypadku szpadzistek i szpadzistów – w tej broni są w Krakowie kandydatki – mogą o tym przesądzić w marcu zawody Pucharu Świata w Gruzji.

W miniony weekend taka impreza odbyła się w Budapeszcie. Wzięło w nich udział po dwanaście reprezentantek i reprezentantów Polski. Wśród nich były trzy szpadzistki AZS AWF Kraków – Renata Knapik-Miazga, Aleksandra Jarecka i Barbara Brych – oraz Radosław Zawrotniak, również z klubu z Nowej Huty.

Dla większości polskich zawodników był to jednak nieudany start. Spośród naszych pań aż dziesięć odpadło w eliminacjach, w tym Brych i Jarecka, którą może to drogo kosztować. O wyjazd na

igrzyska – pojedą cztery szpadzistki, gdyż zakwalifikowała się nasza drużyna – rywalizuje ona z Alicją Klasik (RMKS Rybnik). W wewnętrznym, polskim rankingu ma sporo więcej punktów i plasuje się wyżej od konkurentki. Jego zasady są jednak takie, że w uprzywilejowanej sytuacji jest Klasik, która na Węgrzech dotarła do turnieju głównego, zajmując 45 miejsce. Najlepiej z Polek spisała się ubiegłoroczna zwyciężczyni w Budapeszcie, Knapik-Miazga – jest pewna udziału w IO, także w turnieju indywidualnym – która zajęła 20 pozycję.

Do turnieju głównego mężczyzn awansowało dwóch Polaków. Zawrotniak zajął 50 lokatę, a Wojciech Kolańczyk (AZS Wrocław) – ma szansę występu w igrzyskach – sklasyfikowany został na 26 pozycji. **(dan)**

CHOROBA OTYŁOŚCIOWA – CZAS NA NOWE SPOJRZENIE

Rozmawamy z dr. hab. n. med. Mariuszem Wyleżółem, chirurgiem bariatrycznym z II Katedry i Kliniki Chirurgii Ogólnej, Naczyniowej i Onkologicznej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, kierownikiem Warszawskiego Centrum Kompleksowego Leczenia Otyłości i Chirurgii Bariatrycznej w Szpitalu Czerniakowskim w Warszawie, prezesem-elektem Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości

+ Nadwaga i otyłość dotyczą tych, którzy jedzą za dużo i unikają aktywności fizycznej. Prawda?

- Nieprawda. My lekarze zajmujący się leczeniem chorych na otyłość oraz sami chorzy na co dzień borykamy się z tymi nieuprawnionymi, dyskryminującymi i stygmatyzującymi opiniami. Wyniki badań naukowych wyraźnie wskazują, że rozwój choroby otyłościowej nie jest winą chorego. Obecnie dokonuje się olbrzymia zmiana w spojrzeniu na tę chorobę.

+ Na czym polega to nowe spojrzenie?

- Na przyjęciu opinii bazującej na badaniach naukowych. W dotychczasowej powszechnej ocenie, jak i w definicji WHO, otyłość definiowano jako nadmierne nagromadzenie tkanki tłuszczowej w organizmie. Tymczasem wiemy już, że istotą choroby otyłościowej są zaburzenia neurohormonalnej regulacji spożycia pokarmów, czyli zaburzenia równowagi energetycznej organizmu.

+ Ile osób w Polsce choruje na otyłość?

- W dużym przybliżeniu – co 5 dorosły Polak. Otyłość jest jedną z najczęstszych, jeśli nie najczęstszą chorobą, która nas dotyka. Jest też przyczyną wielu innych chorób, takich jak cukrzyca typu 2, nadciśnienie tętnicze, zaburzenia lipidowe, zmiany zwyrodnieniowe stawów. Łącznie mówi się o około 200 różnego rodzaju powikłaniach otyłości. Osobno należałoby wspomnieć o nowotworach złośliwych.

+ Jak otyłość wpływa na rozwój tych nowotworów?

- Zwiększa ryzyko ich wy-

stąpienia o 40 proc. Badania wśród Brytyjek wykazały, że na 1000 kobiet o prawidłowej masie ciała na nowotwór złośliwy zachoruje 190, a wśród kobiet chorujących na otyłość: 270. W Polsce mamy ok. 500 tys. zachorowań na raka, których można by uniknąć, lecząc pacjentów z otyłością. Choroba ta utrudnia leczenie nowotworów złośliwych, zarówno jeśli chodzi o metody chirurgiczne, jak i chemioterapię, immunoterapię czy radioterapię. Wyniki leczenia są w tej grupie chorych znacznie gorsze niż wśród pacjentów o prawidłowej masie ciała. Otyłość zabija, a w związku z tym należy ją leczyć.

+ Od czego jako społeczeństwo powinniśmy zacząć?

- Od takiego podejścia do choroby otyłościowej jak do każdej innej oraz używania odpowiedniego języka do jej opisu. Zamiast mówić chory z „nadmierną tuszą”, powiedzmy chory z „nadmierną masą ciała”, „z chorobą otyłościową”, „z zaburzeniami odżywiania” itd. Nie mówmy, że ktoś „jest otyły”, ale że „choruje na otyłość”. „Otyli chorzy” zamykają się w sobie, nie szukają pomocy, a to prosta droga do nieszczęścia. Jestem też przeciwny używaniu określenia „efekt jo jo” na opisanie sytuacji, gdy po zredukowaniu masy ciała zaczyna ona wzrastać powyżej punktu wyjściowego. „Jo jo” kojarzy się z zabawą. W ten sposób lekceważymy poważne zjawisko, jakim jest rozwój choroby otyłościowej. Powinniśmy też zapomnieć o odchudzaniu.

+ Odchudzanie nie jest dobre?

- Nie jest, bo kojarzy się z czymś przejściowym. Gdy osiągamy cel, wydaje nam się, że to już koniec. Tymczasem to dopiero początek, bo największym wyzwaniem nie jest redukcja masy ciała, ale jej utrzymanie. Leczenie otyłości jest procesem przewlekłym, de facto na całe życie.

+ Jaką chorobą jest otyłość?

- Najprostszą do rozpoznania i najtrudniejszą do leczenia. Wciąż mało poznana. Ktoś powie, że ktoś inny choruje na otyłość, bo je za dużo. A ja mówię, że ta osoba je za dużo, bo choruje na otyłość. Najpierw mamy bowiem do czynienia z

zaburzeniami regulacji spożycia pokarmu, wobec których osoby chorujące na otyłość są bezsilne. W większości przypadków bardziej dbają one o aktywność fizyczną oraz o to, co i w jakich ilościach spożywają, niż ci, którzy nie chorują na otyłość. Ci ostatni, niezależnie od tego, co jedzą i co robią, nie będą mieli nadmiernej masy ciała.

+ Gdzie warto szukać wiarygodnych informacji?

- Polecam stronę internetową Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości (PTLO). Przestrzegam przed bezkrytycznym sięganiem po teksty o otyłości, które mogą nas zaprowadzić na manowce. Zawsze też powinniśmy skonsultować to, co chcemy zrobić czy jakimś leczeniu się poddać, z lekarzem rodzinnym lub lekarzem zajmującym się leczeniem powikłań. Myślę tu o ginekologach, endokrynologach, diabetologach, chirurgach czy ortopedach.

+ Jak leczy się chorobę otyłościową?

- Podstawą jest postępowanie farmakologiczne i chirurgiczne. Kluczową rolę odgrywa też edukacja żywieniowa. Dzięki niej codziennie można dokonywać świadomych wyborów posiłków. Nie chodzi o to, by przejść na dietę według jakiegoś przepisu, bo to nie zadziała. Tak samo jak w aktywności fizycznej nie chodzi o to, by codziennie przebiegać 5 km. Dla osoby chorującej na otyłość może to oznaczać jedynie konieczność zaoszczędzenia na protezy stawów kolanowych.

Nasz ośrodek leczenia otyłości w Warszawie jest perełką na mapie Polski. Staramy się leczyć chorych z uwzględnieniem leczenia zachowawczego, farmakologicznego, metod chirurgicznych, edukacji żywieniowej i wsparcia psychologicznego. Nie jest to łatwe, bo polski system ochrony zdrowia nie przewiduje kompleksowego leczenia otyłości. Podobnie jest niemal na całym świecie.

+ Jest więc jakaś nadzieja dla chorych?

- Tak. Pojawiły się przełomowe leki, które mogą pomóc nam w kontroli masy ciała. Otyłość

jest chorobą przewlekłą i wymaga przewlekłego leczenia. Celowo unikam tu określenia „do końca życia”, bo obserwujemy tak dynamiczny rozwój w leczeniu tej choroby, że być może za kilka lat będziemy potrafili osiągnąć znacznie więcej.

+ Co to za leki?

- Podstawę do ich wynalezienia dali chirurdzy bariatryczni, którzy w latach 70. XX w. zauważyli, że w organizmie osoby po operacji bariatrycznej inaczej funkcjonują hormony regulujące spożycie pokarmów i uczucie sytości. Klasycznym przykładem jest hormon GLP-1, który hamuje głód. Wydzielany jest po posiłku przez komórki w ścianie jelita cienkiego. Kiedy dociera do mózgu, co trwa ok. 20 minut, daje uczucie sytości. Obecnie zarejestrowanych jest kilka leków o takim działaniu. Nie ma większej dyskryminacji chorych na otyłość niż to, gdy ktoś opisując te leki, mówi, że jest to „pójście na łatwiznę”. Czy kiedykolwiek postępujemy tak z inną grupą chorych? Nie. A jeszcze nikt nigdy nie wyleczył się z otyłości wysiłkiem woli. Jako młody lekarz dziwiłem się, jak to możliwe, by jeść aż tyle, żeby w końcu dać się pokroić. Kiedy jednak wsluchałem się w głosy pacjentów, zrozumiałem, że są bezsilni wobec choroby.

+ Czy te leki są w Polsce?

- Są, ale tak naprawdę nie ma, bo zapotrzebowanie jest gigantyczne. Nikomu, kto choruje na inną chorobę, nie odbieramy prawa do leczenia. Nie odbierajmy go więc chorzy na otyłość. Jeżeli wiedzą oni, że są leki, dzięki którym mogą po raz pierwszy w życiu zapomnieć o permanentnej walce z lodówką, o tym, co zjeść, a czego nie powinni byli zjeść, to pozwólmy im na to. Słyszę od pacjentów, że dzięki tym lekom nareszcie mogą się wyspać, bo nie muszą wstawać w nocy, żeby zaspokoić głód.

+ Na czym polega leczenie bariatryczne?

- Wykonujemy operacje laparoskopowe na żołądku i jelitach. Celem jest naprawa zaburzonych mechanizmów homeostazy energetycznej, w tym przywrócenie prawidłowego

wydzielania przez przewód pokarmowy cząsteczek, tzw. peptydów, które regulują spożycie pokarmów, zmiany w krążeniu wątrobowo-jelitowym kwasów żółciowych i inne. Ale najważniejsze jest to, że operacje te ratują życie. Badanie Arterburna z 2015 roku wykazało, że chorzy niepoddani operacji bariatrycznej, a ze wskazaniami do niej, mają o 70 procent wyższe ryzyko zgonu w obserwacji 10-letniej, niż chorzy poddani temu leczeniu. Dysponujemy również wynikami badań 40-letnich obserwacji po operacjach bariatrycznych (Adams, 2022). Pokazują one, że ryzyko zgonu w przypadku chorób nowotworowych spada o 43 procent, w przypadku cukrzycy typu 2 – o 72 procent, a w przypadku zawałów mięśnia sercowego czy udarów mózgu – o 29 procent.

+ Jakie jeszcze są konsekwencje nieleczenia otyłości?

- Skutki dotyczą nie tylko jednostek, ale społeczeństwa. Chodzi m.in. o koszty leczenia powikłań oraz koszty związane z ograniczeniem zarobkowania przez osoby ze skrajną postacią choroby. Myśląc o zdrowiu, myślimy często tylko o tym, jak długo będziemy żyli i kiedy umrzemy. A warto pamiętać, że choroba otyłościowa niszczy życie na długo przed śmiercią. Jest niejednokrotnie całkowicie dewastująca pod względem zdrowotnym, rodzinnym, zawodowym i społecznym.

+ Co więc warto sobie uświadomić?

- Fakt, że jeżeli choruje co 5. dorosły Polak, to mówimy o co najmniej 6 mln chorych. Zastanawiam się, gdzie oni są? Dlaczego nie upominają się o swoje prawa? Jak bardzo są zagonieni w kąt tymi nieuprawnionymi, stereotypowymi przekonaniami? Chorzy po operacjach bariatrycznych proszą nas lekarzy, żeby w karcie informacyjnej wpisać inną chorobę. Tak bardzo boją się przyznać, nawet przed rodziną, że byli operowani z powodu otyłości. Jest to coś strasznego i powinniśmy wreszcie zacząć o tym odważnie mówić.

+ Dziękujemy za rozmowę!

(f, Stowarzyszenie Dziennikarze dla Zdrowia)



Romańskie i gotyckie mury kościoła w Starej Zągori

PIASTOWSKI KSIĄŻĘ - KRZYŻOWIEC I TAJEMNICZY KOŚCIÓŁ

Dynastia Piastów była domem najdłużej panującym w naszym kraju. Nawet, jeśli nie wliczymy do ich pocztu na wpół legendarnych przodków księcia Mieszka I, to i tak członkowie tego rodu rządili naszymi ziemiami od połowy wieku X, niemal po schyłek XIV stulecia. Jednak nawet osoby żywo zainteresowane polską historią gubią się często w politycznym rozgardiaszu czasów rozbiegania dzielnicowego i nie znają wszystkich członków tej niezwykle licznej rodziny.

Jednym z takich Piastowiczów, barwnym, ale często pomijanym w podręcznikowych wywodach, był Henryk Sandomierski. Książę ten to kolejny, szósty, spośród licznych synów księcia Bolesława Krzywoustego. I, jakkolwiek, po śmierci ojca, w wyniku podziału państwa na dzielnice, otrzymał w zarząd ziemię sandomierską ze stolicą w Sandomierzu, to jednak głowę księcia zaprzętały sprawy, niekoniecznie bezpośrednio związane ze sprawowaniem władzy nad Wisłą. Władca ten uległ bowiem głosom wzywającym do obrony Ziemi Świętej przed wyznawcami Allaha. Być może już w latach 1147 – 1148 wziął udział w drugiej krucjacie. Pewnym jest natomiast, że w 1154 udał się wraz z innymi rycerzami do Ziemi Świętej, gdzie chcieli oni bronić Jerozolimy przed Saracenami. Według zapisów Jana Długosza, książę po przybyciu na miejsce: „uczciwszy pobożnie grób Zbawiciela, złączył się z rycerstwem króla Jerozolimskiego Baldwina i z wielką odwagą i poświęceniem walczył przeciwko Saracenom, pragnąc pozyskać wieniec męczeński. Lecz gdy nie udało mu się tego szczęścia dotrzeć, zabawiwszy tam rok cały i straciwszy znaczną liczbę rycerzy, już to w boju poległych, już odmiennością powietrza znieść niemogących, wrócił zdrowo do ojczyzny”. Henryk Sandomierski powrócił do kraju wręcz w glorii świętości i był witany z wielką czcią zarówno przez swych książęcych braci, jak i przez przedstawicieli polskiego możnowładztwa. W odległych krainach książę zetknął się nie tylko z wyznawcami Islamu, odmiennymi krajoznanami, odmiennym klimatem, często niekorzystnym dla przybyszów z nadwiślańskich terenów, ale nade wszystko, bezpośrednio poznał wiele elementów związanych z ruchem krucjatowym, bądź będących jego efektem. Jednym z takich elementów było powstanie, tak zwanych zakonów rycerskich. Z naszego, polskiego punktu widzenia, w tym kontekście, pamiętamy dziś przede wszystkim głównie o niesławnych Krzyżakach, czyli Zakonie Szpitala Najświętszej Maryi Panny Domu

Niemieckiego w Jerozolimie. Takich formacji, łączących w swych szeregach założenia życia monastycznego i etos rycerski, powstało jednak w Ziemi Świętej znacznie więcej, a wśród nich: Joannici (Zakon Rycerzy Jerozolimskiego Szpitala św. Jana Chrzciciela), Bożogrobcy (Zakon Rycerski Grobu Bożego w Jerozolimie) i Templariusze (Zakon Ubogich Rycerzy Chrystusa i Świątyni Salomona). I to właśnie członków zakonu Joannitów sprowadził książę Henryk Sandomierski na należące do niego tereny, nadał im uposażenia i ufundował kościół, klasztor i szpital w Zągori (dziś Stara Zągor, w gminie Pińczów, w powiecie pińczowskim, w województwie świętokrzyskim). Resztki romańskiej świątyni joannitów przetrwały w bryle młodszego, gotyckiego kościoła w tej miejscowości. Warto jest on zobaczyć, gdyż na jego, pochodzących z XII wieku, ścianach zachowały się, wykute w kamieniu, najstarsze na naszych ziemiach przedstawienia mitycznych stworzeń morskich (syreny i trytony). Dziś możemy się domyślać, że musiały one powstać pod dyktando joannitów, bądź księcia – krzyżowca, którzy widzieli Morze Śródziemne i poznali związane z nim opowieści.

Henryk Sandomierski był osobą niezwykle świętobliwą i zgodnie z duchem swej epoki i książęcyimi możliwościami finansowymi fundował i uposażał liczne obiekty sakralne. Z jego osobą wiąże się, między innymi, fundację romańskiej kolegiaty w Wiślicy (gmina Wiślica, powiat Busko – Zdrój, województwo świętokrzyskie), czy według niektórych źródeł, nawet sprowadzenie templariuszy i wybudowanie dla nich świątyni w Opatowie (dziś powiat opatowski, województwo świętokrzyskie). Nietuzinkowy książę był również nieodrodnym synem czasów, w których żył, a powszechnie panującym wówczas przekonaniem była pozytywna ocena prowadzenia akcji chrystianizacyjnej przy użyciu siły zbrojnej. Hołdując takim zasadom, piastowscy książęta: Bolesław Kędzierzawy, Mieszko Stary i Henryk Sandomierski powzięli myśl zbrojnej wyprawy mającej na celu chrystianizację Prusów. Niestety wojska chrześcijańskie zostały wciągnięte w zasadzkę, poniosły klęskę, a podczas bitwy śmierć poniósł również nasz bohater. Stało się to zapewne w 1166 roku.

Henryk Sandomierski nie był żonaty i nie pozostawił książęcych potomków, obecnie jedyną pamiętką po nim są kamienne mury niezwykłych świątyń, które fundował.

Ewa Kubica – Kabacińska
Fot. Autorka

Z KRONIKI POLICYJNEJ

Działania krakowskiej drogówki w trosce o bezpieczeństwo pieszych

Dbając o bezpieczeństwo pieszych, policjanci ruchu drogowego przeprowadzają cykliczne działania w rejonie przejść dla pieszych. Podczas takich akcji mundurowi reagują w przypadku łamania przepisów drogowych. 6 marca br. funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie przeprowadzili działania mające na celu poprawę bezpieczeństwa w rejonie przejścia dla pieszych. Przy wykorzystaniu specjalistycznego sprzętu w postaci mobilnego centrum monitoringu, policjanci obserwowali zachowanie wszystkich uczestników ruchu drogowego. Policyjny samochód wyposażony w kamery, pozwalała na rejestrację obrazu i pomaga w ujawnianiu tych, którzy nie stosują się do obowiązujących przepisów, popełniających wykroczenia, a tym samym powodujących niebezpieczne sytuacje na ulicach naszego miasta. Efektem tych działań były ujawnione wykroczenia. Sprawcami byli kierujący samochodami, których głównymi przewinieniami było między innymi, korzystanie podczas jazdy z telefonu w sposób niezgodny z przepisami, omijanie pojazdu, który zatrzymał się przed przejściem dla pieszych oraz brak zapiętych pasów bezpieczeństwa. Rowerzyści również dopuszczali się wykroczeń, przejeżdżając jednośladem przez przejście dla pieszych. Łamanie przepisów zakończyło się dla tych osób wręczeniem mandatu karnego. Pamiętajmy, że bezpieczeństwo na drogach w dużej mierze zależy od stosowania się do obowiązujących przepisów i zachowania ostrożności, szczególnie w rejonie przejść dla pieszych.

Dwóch braci zatrzymanych za serię kradzieży w sklepach monopolowych na terenie Nowej Huty

Krakowscy policjanci ustalili tożsamość dwóch sprawców kradzieży w sklepach monopolowych, do których dochodziło od stycznia na terenie Nowej Huty. Okazało się, że złodziejskim duetem się dwaj bracia. Teraz obaj odpowiedzą za swoje zachowanie przed sądem. Kilka dni

temu, pracownicy jednego ze sklepów monopolowych na terenie Nowej Huty odkryli, że z półek zniknął alkohol o łącznej wartości około 2 tysięcy złotych. Monitoring sklepowy ujawnił, że za kradzieżą stoi dwóch mężczyzn, którzy wielokrotnie odwiedzali sklep kradnąc towar znajdujący się na półkach. Po złożonym zawiadomieniu o kradzieży, do akcji wkroczyli kryminalni z Komisariatu Policji VII w Krakowie. Na zabezpieczonych nagraniach ujawnili, że sprawcy za każdym razem działali w ten sam sposób. Jeden zagadywał pracownika sklepu, podczas gdy drugi dokonywał kradzieży artykułów. Następnie obaj mężczyźni wybiegali ze sklepu nie płacąc. W trakcie jednej z kradzieży doszło też do uszkodzenia wyposażenia sklepu. Sprawcy nie spodziewali się, że ich działania są rejestrowane. Nagranie z monitoringu okazało się kluczowe dla identyfikacji i zatrzymania ich przez policję. 27 lutego br. kryminalni z Komisariatu VII na jednym z nowohuckich osiedli zatrzymali 20-latkę podejrzaną o sklepowe kradzieże. Drugi z

Jeden zagadywał pracownika sklepu, podczas gdy drugi dokonywał kradzieży artykułów. Następnie obaj mężczyźni wybiegali ze sklepu nie płacąc

braci, 22-latek został zatrzymany tego samego dnia na innym nowohuckim osiedlu. Bracia przyznali się do dokonania kradzieży. Łączna wartość strat z tytułu kradzieży wyniosła blisko 1700 zł, natomiast zniszczone wyposażenie lokalu handlowego właściciel wycenił na kwotę 1500 zł. W toku prowadzonych czynności policjanci ustalili, że starszy z braci w lutym br. dokonał również kradzieży 136 paczek papierosów różnych marek w innym sklepie, czym spowodował straty na kwotę około 3 tysięcy złotych. Obaj usłyszeli zarzuty kradzieży, a 22-latek dodatkowo zarzut uszkodzenia mienia. Zarówno za kradzież, jak i zniszczenie mienia kodeks karny przewiduje karę do 5 lat pozbawienia wolności. (sp)

NA STRAŻY MIASTA

- O 16.00 dyżurny przyjął zgłoszenie. Zgłaszającą zaniepokoiło zachowanie starszego mężczyzny, który od dłuższej chwili miał siedzieć przed biurem podróży. Przybyli na miejsce strażnicy zastali tam opartego o ścianę kamienicy 72-latkę. Był trochę trzeźwy i chętny do rozmowy. Wyjaśnił im, że chce dotrzeć na przystanek tramwajowy, jednak nogi odmawiają mu posłuszeństwa. Strażnicy pomogli mężczyźnie wsiąść do radiowozu, a chwilę później przetransportowali go do domu. Staruszek serdecznie podziękował funkcjonariuszom za pomoc i odwdzińczył się im promiennym uśmiechem. - Wczoraj podjęliśmy interwencję wobec kierującego, który nie zastosował się do dwóch znaków drogowych. W toku ustaleń okazało się, że na koncie ma pokątną liczbę punktów, które dyskwalifikują go, jako kierowcę. Wezwani na miejsce policjanci elektronicznie odebrali mu uprawnienia do kierowania pojazdami. - Dziś w Centrum Sztuki Współczesnej Solway odbyła się debata pt. „Bank Dobrych Praktyk – Jak Zapobiegać Przejawom Nierówności, Wykluczenia i Dyskryminacji”, zorganizowana przez Fundację Profilogos. Partnerem wydarzenia była Straż Miejska Miasta Krakowa. Podczas debaty, w której udział wziął Naczelnik Wydziału Profilaktyki – Paweł Zaborski, poszukiwano odpowiedzi na pytania: Jak radzić sobie ze zjawiskiem dyskryminacji i wykluczenia wśród młodzieży? Jakie instrumenty prawne mogą pomóc w walce z tym zjawiskiem? Gdzie szukać pomocy?; Jaką rolę odgrywa profilaktyka? Na koniec organizatorzy wręczyli laureatom konkursu multimedialnego nagrody, a partnerom projektu – certyfikaty. - Muzycznie wydarzenie uświetnił młody artysta NEKSI. W poniedziałek o godzinie 8.00 patrol udał się na ul. Ćwiklińskiej, gdzie według przekazu osoby zgłaszającej, od dłuższego czasu ktoś miał leżeć skulony na ławce. Strażnicy zastali tam starszego mężczyznę. Gdy go dobudzili, okazało się, że spędził na ławce całą noc i jest mocno wychłodzony. Funkcjonariusze okryli go kocem termicznym i wezwali pogotowie. Przybyły na miejsce zespół ratownictwa medycznego zabrał go do szpitala. - Około dwudziestoletnia dziewczyna próbowała skoczyć z mostu Grunwaldzkiego. Uratował ją strażnik miejski po służbie. Po godzinie dwunastej strażnik jechał samochodem w stronę ulicy Dietla. W pewnym momencie zauważył młodą kobietę znajdującą się za barierką mostu. Obok niej stał mężczyzna. Mówił do niej i nerwowo gestykulował. Strażnik zatrzymał auto, wysiadł i podbiegł do niej. Nie czekając na dalszy rozwój wypadków chwycił kobietę i energicznie wyciągnął ją zza barierki na chodnik. Na miejsce wezwane zostało pogotowie ratunkowe i policja. Ratownicy medyczni i policjanci przejęli dalsze czynności. (mp)

INFORMATOR NOWOHUCKI



SŁUŻBY MIEJSKIE I LOKALNE

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



NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

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



DYŻURY APTEK

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



MEDYCYNĄ I ZDROWIE

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



USŁUGI RÓŻNE

- Telewizor, anteny: tel. 12-640-00-42, 609 586 881.
- Usługi szklarskie, oprawa obrazów, os. Jagiellońskie 19, Pawilon Handlowo-Usługowy koło kościoła ARKA (wejście z tyłu). Tel. 12 647-86-50, 504-552-197.
- Przechowalnia rowerów i opon (z możliwością przeglądu, całoroczna). Plac targowy PIAST, paw. 3. Tel. 647-13-88, kom. 0502-730-087.
- Salon fryzjerski „Dorota” (damski, męski, dzieci). Pl. Targowy „Piast”, paw. 26, 27. Tel. 506-529-863.
- Zakład pieczętarsko-grawerski, Adam Sroka, przeniesiony z os. Niepodległości do Borzęcina 797A. Tel. 14 68-46-756, e-mail: zaklad@odznaki.pl
- Rowery - sprzedaż, części, akcesoria, serwis, naprawy, komis, malowanie ram. FHU „Elmar”, plac targowy PIAST, paw. 3, tel. 647-13-88, kom. 502-73-00-87.
- Montaż anten, naprawa telewizorów wszystkich typów u klienta, tel. 12 640-00-41, 609-586-881.
- Arkadom - najskuteczniejsze biuro nieruchomości. Stowarzyszeni w MSPON, 3 licencje państwowe. Os. Jagiellońskie 19, koło kościoła Arka, tel. 12 641-66-74; www.arkadom.pl.
- Fundacja Więcej Serca. Usługi księgowe - pełny zakres - ceny do uzgodnienia. Os. Złotej Jesieni 15B, lok. 2, tel. 503-602-661.
- Biuro turystyczne Cerro Torre Szkoła Górską. Wyjazdy polskie i zagraniczne, górskie wyprawy, pilotaż i przewodnictwo wycieczek, obozy i kursy wspinaczkowe, szkolenia, kursy pierwszej pomocy. Oferta dla grup, szkół, firm, klientów indywidualnych. Al. Pokoju 82, 501 568 948, www.szkolagorska-cerrotorre.pl
- Wyroby złote i srebrne. Naprawy. Grawerowanie. Skup złota i srebra. Upominki komunijne. Ceny producenta. Bieńczycki pl. Targowy 5, tel. 12 685-53-80.



USŁUGI MOTORYZACYJNE

- Firma Autokomputer, Janina Walasek. Badania techniczne pojazdów do 3,5 ton (przeglądy rejestracyjne): okresowe, zasilanych gazem, rejestrowanych po raz pierwszy za granicą, powypadkowych. Komputerowy system pomiaru i kontroli układów jezdnych samochodów osobowych i busów oraz

ich regulacja. Komputerowy pomiar sprawności amortyzatorów. ul. Makuszyńskiego 9B, tel. 12 644-18-80, 12 684-19-00 (01, 02), pon.-pt. 8.00-18.00. www.stacja-autokomputer.pl E-mail: auto-komputer@op.pl.

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



KWIACIARNIE

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



NIEDZIELNE MSZE ŚWIĘTE

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

OGŁOSZENIA DROBNE

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

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

TAPICER. 784-906-675.

REKLAMA



OTWARTE W KAŻDĄ NIEDZIELĘ

ZAPRASZAMY NA ZAKUPY HURT, DETAL HALA I, HALA II

UL. KRZYWDA 1, 30-710 KRAKÓW

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


ZAKŁADY POGRZEBOWE
Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.
„Umiera się nie dlatego aby przestać żyć, lecz po to by żyć inaczej”
Paulo Coelho
• ul. Rakowicka 35a, tel. 12/411-47-76, sob. 8.00-14.00
• ul. Reduty 1, tel. 12/411-35-26
• cm. Grębałów, tel. 12/645-31-61
• cm. Podgórze, tel. 12/656-55-11
Wszystkie punkty czynne od pon. do pt. od 7.30 do 15.30
KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBÓW
BEZGOTÓWKOWE ROZLICZANIE POGRZEBÓW

CORDIA B. KWIECIŃSKA
os. Na Skarpie 24 www.cordia.com.pl os. Uroczyska 5
12 644-87-75, 512-179-466
KOMPLEKSOWE
USŁUGI POGRZEBOWE
TANIO - CAŁODOBOWO

Nekrologi i kondolencje

przyjmuje Biuro Ogłoszeń „Głosu”

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

Rozwiązanie krzyżówki nr 9:
POZIOMO: 6. Krzeszowice, 9. bajoro, 10. emalia, 12. Dakar, 14. Lipawa, 15. awista, 18. Mogadiszu, 19. Falklandy, 20. Canaletto, 22. paplanina, 25. grobla, 29. buraki, 30. Rugia, 31. kołacz, 32. markiz, 33. komplementy. PIONOWO: 1. brzoza, 2. metoda, 3. wzrok, 4. świerk, 5. ściana, 7. fasada, 8. Pilica, 11. dinozaury, 13. studentka, 16. psota, 17. klips, 21. Albion, 23. Narnia, 24. Zagrzeb, 26. amator, 27. krzepa, 28. Ramzes, 29. Boruta.

Chce się wypisać z domu opieki

- Na wniosek córki i ośrodka pomocy społecznej sąd umieścił mnie bez mojej zgody i w asyście policji bezterminowo w domu pomocy społecznej, gdyż niby jestem długotrwale chory psychicznie. Jestem po złamaniu nogi i poruszam się, chodząc z wózkiem inwalidzkim - wymagam opieki, ale daję sobie radę z czynnościami dnia codziennego. Potrafię sobie ugotować, uprać i umyć się. Mam wrażenie, że opieka, chcąc się pozbyć kłopotów, umieściła mnie właśnie tutaj, gdzie dookoła są ludzie rzeczywiście chorzy, a ja mam dzieci, które mogą mi pomóc, znajomych, z którymi chciałbym się spotykać i wieść normalne życie. Tu jest gorzej niż w więzieniu. Co mogę zrobić, aby się stąd wyrwać?

Skoro został Pan umieszczony w domu opieki społecznej bez swojej zgody na mocy postanowienia sądu opiekuńczego, najpewniej w oparciu o art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. „O ochronie zdrowia psychicznego” (tekst jedn. Dz.U. z 2022 r., poz. 2123 z późn. zm.), to na podstawie jej art. 41 ust. 1 może Pan wystąpić do tegoż sądu z wnioskiem o zmianę tego orzeczenia. Z takim wnioskiem mogą też wystąpić m.in. Pana krewni w linii prostej (np. dzieci), rodzeństwo lub kierownik domu pomocy społecznej, jeżeli uzna, że zmieniły się okoliczności uzasadniające orzeczenie o przyjęciu Pana do tego domu pomocy społecznej. Od takiego wniosku nie pobiera się opłaty sądowej. Wniosek o zmianę orzeczenia dotyczącego umieszczenia w domu opieki składa się do sądu opiekuńczego (wydziału rodzinnego i nieletnich sądu rejonowego) właściwego miejscowo dla miejsca Pana zamieszkania. Jeżeli ze względu na stan zdrowia psychicznego nie jest Pan zdolny do złożenia wniosku, sąd opiekuńczy może ustanowić dla Pana do tego kuratora z urzędu. Na podstawie art. 48 ust. 2 ww. ustawy sąd ma też obowiązek ustanowić adwokata lub radcę prawnego z urzędu, jeżeli postępowanie dotyczy bezpośrednio osoby przebywającej w szpitalu psychiatrycznym albo domu pomocy społecznej bez jej zgody. (mp)

Spektakl w Łażni i wykopaliska pod Kopcem

Zapraszamy do oglądania 781 odcinka Nowohuckiej Kroniki Filmowej. W pierwszej części zajrzymy na scenę Łażni Nowej, gdzie wciąż można oglądać spektakl „Strach i nędza 2022” w reżyserii Bartosza Szydlowskiego. To opowieść o tym, że teatr potrafi być miejscem, gdzie w obliczu napierającego na nas brutalnego świata, poszukujemy nadziei, fundamentalnego spotkania człowieka z człowiekiem, wzajemnej cierpliwości i ciekawości. W drugiej części Kroniki w towarzystwie Dyrektora Muzeum Archeologicznego w Krakowie, dr hab. Jacka Górskiego prześledzimy prehistorię terenów Nowej Huty. Obecność człowieka notuje się tu od 7 tysięcy lat. Najciekawszy okres wg archeologów przypada na epokę brązu, czyli lata ok 2200-400 p.n.e. Z tego okresu pochodzi najwięcej wykopalisk. Najbardziej owocne miały miejsce w pobliżu Kopca Wandy, gdzie w latach 60-tych odkryto osadę i mnóstwo obiektów z tego okresu. W Muzeum znajduje się prawie 40 tys. naczyń glinianych, wiele narzędzi kamiennych, takich jak żarna czy ciężarki tkackie oraz biżuteria z brązu, narzędzia rolnicze czy broń ręczna. Do oglądania 781 odcinka Nowohuckiej Kroniki Filmowej zapraszamy od 15 marca do Kina Sfinks oraz na antenę TVP Kraków.

NASZE MIASTO. FELIETON RYSZARDA TERLECKIEGO

ROLNICY NIE USTĄPIĄ

Media i internet wciąż jeszcze roztrząsają temat manifestacji rolników 6 marca pod urzędem premiera i pod sejmem oraz awantur, do których tam doszło. Czy młodzi ludzie, którzy rzucali w policjantów kostką brukową i petardami, to byli rolnicy, czy może prowokatorzy, naślani przez nowe władze? Policja użyła gazu i pałek, młodzi posługiwali się drzewcami flag, w kilku miejscach doszło do gwałtownych strąć. W mediach krąży krótki filmik, na którym widać jak policjanci rzucają się na spokojnie stojącego demonstranta z polską flagą, rzucają go na ziemię i obezwładniają, depcząc przy okazji flagę. Kim byli „zadymiarze”, którzy starali się doprowadzić do starć, skąd pod sejmem wziął się zapas kostki, pozostawionej na ulicy, kim są osoby zatrzymane, którym prokuratura postawiła zarzuty? To są wciąż pytania, na które opinia publiczna nie otrzymała odpowiedzi. Najłatwiej z jednej strony zrzucać winę na policję, że postępowała zbyt agresywnie, z drugiej na uczestników starć, określając ich jako chuliganów. Czy jednak policja nie dostaje jasnych rozkazów od swoich przełożonych, a ci od aktualnie rządzących polityków? Może komuś zależy na wywołaniu wrażenia, że pokojowe demonstracje są groźne dla porządku publicznego? Może ktoś chce znów rozpalić nienawiść między demonstrantami, a policją, żeby łatwiej manipulować przebiegiem kolejnych manifestacji? Pamiętamy prowokacje w czasie Marszów Niepodległości za rządów Platformy i PSL. Dziś rządzą ci sami ludzie i może znów używają tych samych metod. Rolnicy mają rację, domagając się działań rządu, które powstrzymają napływ taniego zboża i innych produktów z Ukrainy oraz likwidacji nieodpowiedzialnych decyzji Unii Europejskiej, zmierzających do likwidacji większości gospodarstw rolnych. Od miesięcy blokują drogi i przejścia graniczne, manifestują w miastach, ale nie doszło dotąd do starć z policją. Komu zależy na zaognieniu sytuacji? Większość Polaków, także tych mieszkających w miastach, popiera słuszne żądania rolników. Może rząd chce zmienić nastroje i pokazać rolników jako awanturników, atakujących policję? Tusk spotyka się z przedstawicielami rolników, ale tylko z tymi, których uznaje za łatwiejszych do uspokojenia paroma pustymi obietnicami. Inni nie są wpuszczani na te rzekome „konsultacje”. Po spotkaniach okazuje się, że żadnych konkretów nie było, Tusk zasłania się Unią i zapewnia, że będzie stał się łagodźcą niekorzystnych dla rolników decyzji Brukseli. Ale Tusk swoje umiarkowane zwycięstwo (Platforma dostała mniej głosów niż Prawo i Sprawiedliwość, a o utworzeniu rządu zadecydowały przystawki, które udawały „trzecią drogę”) zawdzięcza poparciu Brukseli i teraz musi spłacać zaciągnięty dług. Nie po to unijni i niemieccy politycy wstrzymywali pieniądze dla Polski aż do wyborów, żeby teraz Tusk okazał się niewdzięczny i nie poparł ich planów. Szczególnie obrzydliwą rolę odgrywa tu PSL, które za cenę stanowisk (w tym Kosiniak-Kamysz, który udaje ministra obrony) popiera szkodliwą dla wsi politykę rządu. Tusk liczy, że za parę tygodni rozpoczną się prace polowe i rolnicy zrezygnują z protestów. Żeby się nie przeliczył! Praca rolnika ma sens, gdy jest opłacalna i wystarcza na utrzymanie rodziny. Gdy tak nie jest, pozostaje tylko stanowczy protest. Minister Siekierski, który wprawdzie wzbudza współczucie swoją bezradnością, nikogo nie przekona, a jego wyjazdy na miejsca protestów wywołują tylko irytację wśród rolników. Protesty trwają w całej Europie, ale w Polsce, z powodu słabości rządu i zależności od brukselskich decyzji, nie widać żadnych szans na ich zakończenie.

SPRAWY DUŻE I MAŁE. FELIETON SŁAWOMIRA PIETRZYKA

NEKAJĄCE TRAKTORY

Już od dłuższego czasu na nasze ulice wyjeżdżają potężne traktory, które blokują ruch i utrudniają życie zwykłym użytkownikom dróg. Te zawałdrogi są częścią protestu rolników przeciwko importowi artykułów żywnościowych z Ukrainy oraz skierowane przeciwko polityce Unii Europejskiej w stosunku do rolnictwa nazwanej „Zielonym Ładem”. Należy zatem zapytać, czym jest ten Zielony Ład proponowany przez Komisję Europejską? Tak określona polityka wprowadza szereg wytycznych dotyczących m.in. rolnictwa umożliwiających osiągnięcie w Europie neutralności klimatycznej do 2050 roku. Chodzi o wprowadzenie bardziej ekologicznej i mniej emisyjnej produkcji poprzez stosowanie odłogowania gruntów, redukcji użycia nawozów i środków ochrony roślin o połowę, obowiązkowe przeznaczenie 25 procent areatu ziemi pod uprawy ekologiczne. Co najciekawsze tę politykę w rolnictwie firmuje komisarz rolnictwa UE Janusz Wojciechowski oddelegowany do tej funkcji przez Prawo i Sprawiedliwość. Mało tego ten komisarz wyraźnie mówił, gdy tą politykę ogłaszał, że jest to koncepcja jego macierzystej partii, czyli Prawa i Sprawiedliwości. Gdy doszło do protestów rolników w całej Europie przeciwko tej polityce pan prezes PiS Jarosław Kaczyński nagle wycofał się z chwalonej wcześniej polityki i nawet wezwał Janusza Wojciechowskiego do rezygnacji ze stanowiska komisarza UE ds. rolnictwa i powrotu do kraju. Na co on zareagował negatywnie i po prostu olał wezwania prezesa i swojego mentora – mówiąc, że nie zamierza rezygnować ze złotodajnej funkcji. Gorzej jest z reakcją rolników, którzy tolerowali politykę PiS latami, aż nagle doszli do wniosku, że mają tego dość i od obecnego rządu domagają się zmiany tej polityki prowadzonej przez Unię Europejską od zaraz. Nie biorą pod uwagę tego, że nie zależy to tylko od polskiego rządu, ale od 27 rządów członkowskich UE. Nie przyjmują tłumaczeń, że nasz rząd próbuje zmienić tą politykę i już są zapowiedzi jej modyfikacji np. w sprawie ugorowania ziemi, czy stosowania nawozów i środków ochrony roślin. Również „traktorzyści” za nic mają zapowiedzi rządu zmiany polityki wobec Ukrainy i domagają się z dnia na dzień zamknięcia granic i wprowadzenia ceł, z tym broniącym nas i Europy państwem przed nawałą rosyjską. Nie biorą pod uwagę, że to rząd Zjednoczonej Prawicy zapchał nasze magazyny zbożem ukraińskim, a ówczesny minister z PiS zachęcał rolników do przechowywania zboża, bo ono w przyszłości podrożeje! Protestującym nie wystarczają zapowiedzi uregulowania tych spraw, przez obecny rząd. Nie biorą pod uwagę też, że to trzeba uzgodnić z UE i stają się coraz bardziej agresywni. To nie przypadek, bo nagle po latach uaktywnił się Piotr Duda związkowiec, wysyłając swoich prowokatorów i podtrzymując protesty. Tu nie chodzi o załatwienie spraw, ale tylko o politykę, czyli utrzymanie w kraju napięcia i atak na obecny rząd. Ja mam już dość nekających nas traktorów i ludzi, którzy swój dobrobyt zawdzięczają pieniądзом z Unii Europejskiej, a obecnie zaczynają uprawiać politykę przeciwko tym, którym tak wiele zawdzięczają

DROŻEJ NIŻ ROK TEMU

Kilku znajomych wędkarzy prosiło bym napisać ile w tym roku trzeba zapłacić za prawo do wędkowania na wodach użytkowanych przez Polski Związek Wędkarski. No cóż. Jest drożej niż w roku ubiegłym. Składka członkowska wynosi 170 zł (w roku ubiegłym płaciliśmy 150 zł). Podrożała również składka na zagospodarowanie i ochronę wód w okręgu krakowskim. W roku 2024 składka niepełna N1 wynosi 220 zł (w roku ubiegłym trzeba było zapłacić 160 zł). Składka niepełna N2 wynosi 360 zł, a składka pełna P – 380 zł. Różnica w opłatach wynika z prawa do wędkowania na poszczególnych łowiskach. Jak łatwo się domyślić, składka pełna umożliwia wędkowanie na wszystkich dostępnych łowiskach w okręgu. Spis dostępnych dla nas łowisk (w związku z opłaceniem odpowiedniej składki) otrzymujemy w formie niewielkiej książeczki, która przy okazji jest papierowym zezwoleniem na wędkowanie.

Jedyną znaczącą pociechą jest powrót do ulgi emeryckiej. W roku 2024 osobami uprawnionymi do nabycia składki ulgowej na ochronę i zagospodarowanie wód są m.in. kobiety od 60 roku życia oraz mężczyźni od 65 roku życia mający udokumentowany dziesięcioletni staż w PZW. Składka ulgowa niepełna N1 wynosi 170 zł, niepełna N2 – 260 zł, a składka pełna P – 280 zł.

Tradycyjnie drogo jest w okręgu nowosądeckim. Dodatkowo funkcjonuje tam dość skomplikowany system opłat. Związane jest to z funkcjonowaniem wielu odcinków specjalnych na tamtejszych rzekach, w ograniczeniach dotyczących określonych przynęt czy używanych metod połowu, czy w zakresie używania środków pływających. Za wszystko trzeba zapłacić. Nie wchodząc więc w szczegóły można powiedzieć tylko tyle, że nowosądecka składka na ochronę i zagospodarowanie wód waha się od 330 do 490 zł.

Drogo jest też w okręgu tarnowskim. Tam roczna składka na ochronę i zagospodarowanie wód wynosi: pełna – 640 zł. Jest też możliwość opłacenia jednej ze składek niepełnych – i wtedy zapłacimy 190 zł lub 370 zł. Wysokość opłaty, podobnie jak w Krakowie, wiąże się z dostępnością do większej lub mniejszej ilości łowisk.

W roku 2024 utrzymane zostały porozumienia międzyokręgowe. Wędkarzy z Nowej Huty szczególnie interesuje porozumienie pomiędzy okręgami PZW Kraków i PZW Tarnów dotyczące Wisły. W ramach krakowskiej składki niepełnej nadal można wędkować w Wiśle aż do mostu drogowego w Koszycach.

CHEMIA POMAGA

Niegdyś chemia to była tylko nauka. Ale w miarę rozwoju gospodarczego zaczęła oddzielać się chemia przemysłowa. Dzisiaj niemal każda dziedzina gospodarki dysponuje „swoją” chemią. Istnieje więc chemia gospodarza (dla gospodarstw domowych), chemia budowlana i trudno, żeby zabrakło chemii motoryzacyjnej. Niby wiele preparatów używanych w tych dziedzinach ma wspólne właściwości, co jednak nie oznacza, iż jednakowe są ich ceny. Poza tym chemia motoryzacyjna, dzisiaj już potężna gałąź przemysłu chemicznego, wymaga coraz doskonalszych opracowań produktów, bo współczesne samochody są znacznie bardziej skomplikowane niż te sprzed lat.

Pamiętam jeszcze z lat PRL, że płyn do mycia szyb w oknach domów mieszkalnych miał znacznie niższą cenę niż płyn do spryskiwaczy samochodowych. Bowiem samochód był w owych latach traktowany jako mało komu dostępny luksus. Było to zresztą pokłosie poglądów Józefa Piłsudskiego, który na przełomie lat dwudziestych i trzydziestych XX wieku nakazał obłożyć niezwykle wysokim cłem przywozowym importowane do Polski części zamienne do samochodów. Wszak Kasztanka, ulubiony koń marszałka, nie potrzebowała żadnych części zamiennych... Tak więc w latach PRL do zbiornika spryskiwaczy lałem znacznie tańszy płyn do mycia okien przez gospodynie domowe.

Współczesna chemia motoryzacyjna dzieli się na kosmetyki, którymi dba się o estetykę auta oraz na preparaty ułatwiające prace warsztatowe. Dawnymi laty w warsztatach samochodowych, zwanych obecnie serwisami, wyznawano starą dobrą zasadę, iż „bez majzla i młota to żadna robota”, a do większości prac używano 5-kilogramowego „czujnika” zwanego młotem. Kiedy w latach 70 XX wieku powstała w Warszawie rozlewnia Coca-Coli tego specyfiku chłodzącego organizm człowieka w czasie upalnych dni używano również do odkręcania zapieczonych śrub polewając je. Dzisiaj przy remontach samochodów nie trzeba już chodzić do sklepu spożywczego po butelkę Coca-Coli, bo istnieją specjalnie dla motoryzacji przeznaczone specyfiki chemiczne.

Różnego rodzaju spraye techniczne zastępują jeszcze lepiej zapomnianą już Coca-Colę. Są też preparaty do ochrony podwozia i wnętrza nadkoli przed korozją. Specjalne pasty na bazie miedzi zapobiegają korozji gwintów, chroniąc je przed zapiekaniem. Bogaty jest też wybór silikonowych elementów uszczelniających nadwozie np. okolice przedniej szyby, by woda deszczowa nie przedostawała się do wnętrza. Nie można też zapominać o środkach chemicznych do czyszczenia silnika, które dopuścili do użytku najwięksi producenci samochodów na świecie (wiele firm zastrzega się, że silnik można myć tylko środkami renomowanych marek, które nie szkodzą elektronicznie pod maską).

Kosmetyki samochodowe dodają tylko estetyki pojazdowi, konserwując lakier czy tarcze kół samochodu. Natomiast produkty chemiczne do podwozia lub niedostępnych w inny sposób elementów występujących w samochodzie nie tylko ułatwiają pracę mechanikom, ale także przyczyniają się do wydłużenia trwałości części, do których są stosowane, a tym samym zwiększenia przebiegów auta. Obecnie bez stosowania chemii samochodowej nie obejdzie się żaden renomowany serwis. Ale też coraz trudniej na parkingu pod domem wymieniać elementy współczesnego samochodu. Serwisowa samoobsługa dotyczy co najwyżej pojazdów konstruowanych w latach 50, czy 60 ubiegłego wieku.

REKLAMA

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Bieńczyce” w Krakowie

ogłasza PRZETARG pisemny nieograniczony

na wybór wykonawców robót związanych z **wymianą siedmiu dźwigów osobowych** w 2024 roku zainstalowanych w budynkach:

- os. Kombatantów 9 klatka 1 (1 szt.),
- os. Kombatantów 10 klatka 3 (1 szt.),
- os. Na Lotnisku 20 klatka 3 (1 szt.),
- os. Na Lotnisku 21 klatka 2 (1 szt.),
- os. J. Strusia 6 klatka 6 i 7 (2 szt.),
- os. Wysokie 4 klatka 1 (1 szt.).

Informacja o przetargu oraz warunki przetargu zamieszczone są na stronie **www.biencyce.pl**.

Termin składania ofert do **25.03.2024r.** godz. 15:00
Termin otwarcia ofert **26.03.2024r.**

ZAPRASZAMY DO BARÓW MLECZNYCH NA SMACZNE I NIEDROGIE POTRAWY

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

Bary zapewniają świeże i tanie dania
tradycyjnej kuchni polskiej



działający od ponad 30 lat

BIURA:

- os. Na Lotnisku 1, U 24, tel. 12-648-40-92
- ul. Okólna 4A, tel. 12. 655-01-42

email: zaradca@prokocim.pl

ZAPRASZA WSPÓLNOTY MIESZKANIOWE

do współpracy
w zarządzaniu nieruchomościami

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

Vident

STOMATOLOGIA PROTETYKA

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

PEŁNY ZAKRES USŁUG
KORONY, MOSTY, PROTEZY,
EKSPRESOWE NAPRAWY

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

BIURO OGŁOSZEŃ

tel. 12 643-44-33

E-mail:
sekretariat@glos-tn.krakow.pl

ZAPRASZAMY



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

Kraków
 OŚRODEK KULTURY
 KRAKÓW-NOWA HUTA
 KLUB ZGODY

Sąsiedzkie wielkanocne warsztaty artystyczne

16.03.2024 | godz. 11:00
 Klub Zgody OKKNH, os. Słoneczne 16

wstęp: 15 zł/jeden stroik
 obowiązują zapisy

OŚRODEK KULTURY KRAKÓW-NOWA HUTA • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



os. Słoneczne 16
 31-949 Kraków
 tel. 504 419 158
 zgody@krakownh.pl

WWW.KRAKOWNH.PL
 OŚRODEK KULTURY
 KRAKÓW-NOWA HUTA
 OK_NOWAHUTA



SENTENCJA TYGODNIA:

Jeśli cieszymy się razem, jesteśmy bogatsi
 o radość każdego z osobna.
 - św. Augustyn

HOROSKOP

BARAN (21 III-20 IV). Masz wiele dobrych pomysłów, którymi zainteresujesz także szefa, a więc jak w przysłowiu „trzeba kuć żelazo póki gorące”. Dobrze zdrowie pozwoli na podjęcie wysiłku, nie odkładaj więc tematu na później.

BYK (21 IV-20 V). Jesteś znany z opiekuńczości, troski o najbliższą rodzinę. Chętnie pomagasz, teraz też sięgniesz do portfela by wspomóc potrzebujących. To chwalebne, ale Twoje możliwości są też ograniczone.

BLIŹNIĘTA (21 V-21 VI). Koniecznie zadбай o swoje zdrowie. Twoje brawurowe pomysły kosztują wiele wysiłku i nie

zawsze podobają się innym, a najmniej tym, którzy dobrze Ci życzą. Spokojnie, licz się z opinią swojego środowiska.

RAK (22 VI-22 VII). W najbliższym czasie będziesz mediatorem w rodzinnych sporach. Ta rola Ci się nie marzy, ale coś cieszysz się dużym autorytetem i bliscy mają do Ciebie wyjątkowe zaufanie i nie wykręcisz się od przyjacielskiej pomocy.

LEW (23 VII-22 VIII). Poprawa zdrowia sprawia, że nie masz już powodów do utyskiwania na los. Także zadowolenie z kondycji, imponującego wyglądu może być powodem do dumy.

Ostatnio wzbudzasz powszechne zainteresowanie.

PANNA (23 VIII-22 IX). Doskonale sobie radzisz zarówno w pracy zawodowej, jak i w sprawach osobistych. Jak na razie nie zapowiada zmian w firmie. Będzie sporo czasu na relaks w dobrym towarzystwie.

WAGA (23 IX-22 X). Nie jesteś w dobrym nastroju. Twoje samopoczucie zmienia się z godziny na godzinę. Masz jednak szansę by to poprawić, bo w pracy będzie wiele okazji by udowodnić swoje zaangażowanie i wiedzę.

SKORPION (23 X-21 XI). Intensywnie pracujesz, jesteś nieustannie pomocny gdy chodzi o rozwiązanie jakiegoś bieżącego problemu w firmie. Pomyśl jednak, także o swoich sprawach, o zdrowiu, bo organizm coraz częściej sygnalizuje zmęczenie.

STRZELEC (22 XI-21 XII). Nierzadko nader chętnie chwalisz się swoimi osiągnięciami, możliwościami, więc o ploteczki nie trudno. Warto więc tutaj przypomnieć, że powściągliwość w wyrażaniu opinii bywa cnotą.

by nie wzbudzać niepotrzebnie zazdrości.

WODNIK (20 I-18 II). Szczęśliwe dni przed Tobą. Doskonale sobie radzisz w nowym zakładzie pracy i masz wiele powodów do satysfakcji. Również oświadczyć nie nie brakuje Ci do szczęścia przy boku zakochanej osoby.

RYBY (19 II-20 III). Trudna sytuacja w rodzinie uziemi Cię na dłużej w domu. Poświecisz sporo czasu, ale nie będzie to czas stracony, odzyskasz znowu sympatię i uznanie. Wróć, jak to się mówi „stare, dobre czasy”.

- Samanta

AKTA SPRAWY

DYSONANS WIRTUALNO-REALNY

Wszyscy wiedzą, że internet to wspaniałe źródło informacji czy rozrywki, ale niestety też zagrożenie. I to niebagatelne. Przekonała się o tym 28-letnia Aleksandra W., która w sieci chciała spędzić miło czas, a zderzyła się z przesładowaniem i realnym zagrożeniem. Które „zafundował” jej mieszkaniak Krakowa. Uznając, że jest ona jego przeznaczeniem.

25-latek od lat był uzależniony od internetu, udzielał się tam jako hejter, gość przeróżnych portali społecznościowych oraz randkowych. Nadmierzmy - Jacek J. od lat leczył się psychiatrycznie z różnym skutkiem, a ostatnio po wyprowadzeniu się z domu rodzinnego, zaprzestał zalecanej terapii. Młody mieszkaniak Krakowa notorycznie przesiadywał wieczorami w internecie - po etapie czy raczej psychotycznej fазie aktywności politycznej w sieci - postanowił poznać kogoś płci odmiennej. I zaczął bywać na forach randkowych. Zawierając kolejne znajomości. Aż pewnego dnia poznał na czacie kobietę, co było dla niego ważne, także mieszkającą w Krakowie. Rozmowa potoczyła się bardzo ciekawie i następnego dnia oboje zgodnie postanowili ją kontynuować.

Były kolejne spotkania wirtualne, dyskusje na rozmaite tematy. Wymiana poglądów bardzo ich zbliżyła. I wtedy 25-letni krakowianin najpierw zaczął nagabywać swą rozmówczynię o zdjęcie, a kiedy zobaczył ładną brunetkę, namawiał ją na szybkie spotkanie. I zaczął na jej maila wysyłać rozmaite propozycje, wiersze i uczuciowe elaboraty. Ta jednak stwierdziła, że traktuje znajomość czysto „wirtualnie”, jako formę odreagowania po ciężkim dniu i nie jest na razie gotowa na bliższą, realną relację. Po tym, gdy te argumenty nie dotarły do Jacka K., wspomniła o tym, iż ma już chłopaka, który nie mieszka w Polsce, bo przebywa na firmowym szkoleniu w USA. To też nie pomogło, natręt nie ustępował - bardzo ją namawiał na randkę, twierdząc, że są dla siebie stworzeni i że muszą spróbować.

Była kolejna odmowa - więc zaczął jej grozić, że jeżeli nie dojdzie do randki, to on sobie coś zrobi. Ostatecznie pani Aleksandra postanowiła zerwać znajomość, nie pojawiając się na portalu, ale także nie odpowiadając na liczne maile. Gdy jednak pewnego dnia otworzyła skrzynkę z wiadomościami, stwierdziła, że dotarły do niej tym razem już nie pochlebstwa, wyrazy oczarowania oraz komplementy, ale liczne groźby. To co ją przestraszyło był fakt, że piszący do niej groził, że ją znajdzie i zmusi do randki. Zagrożenie było realne, bo w trakcie wcześniejszych rozmów 28-latek zdarzyło się napisać, gdzie mieszka, oczywiście nie podając dokładnego adresu.

Taki stan trwał przez kilka dni, argumenty wirtualnego napastnika były coraz bardziej agresywne i nieprzyjemne, a rozmówca sprawiał wrażenie nieprzewidywalnego - rozsyłając posiadane zdjęcie kobiety do portali i umieszczając je z niepo-

chlebny komentarzami. Wtedy kobieta postanowiła poinformować o wszystkim policję. Rozpoznanie trwało kilka dni, na podstawie informacji pozostawionych w sieci natrafiono na ślad przesładowcy. Młody mężczyzna najpierw próbował oponować, ale ślady w jego laptopie i sieci - nie pozostawiały żadnych wątpliwości.

Ponieważ argumentów, że to on dopuścił się tych wszystkich czynów nie brakowało, sprawa jest już w prokuraturze, a sprawca został objęty zakazem zbliżania się do ofiary i dozorem policyjnym. Poza tym prawdopodobnie do rozstrzygnięcia tego wszystkiego niezbędna będzie opinia biegłego psychiatry. Co bardzo może zmienić tok całego postępowania. (mar)

HUMOR

Wychodzę z mieszkania i czuję, jak coś na całej klatce śmierzdi. Schodzę po schodach, a tam jakiś gość z e-papierosem w gębie. Pali i popija kawkę.

- Panie, czy mógłbyś pan nie palić na klatce. To miejsce publiczne. Cuchnie strasznie...

- Ale ten nie śmierzdi.

- Dziwne, bo jak tylko wszedłem z mieszkania, to poczułem smród. Proszę pana, nie bez powodu jest zakaz palenia w miejscach publicznych.

- Ale to nie jest zwykły papieros - upiera się gość. - To elektroniczny, on nie wydziela zapachu...

- No to skoro jest bezwonny, to czego pan w domu nie palisz?

- Żona nie pozwala...

- Czemu?

- Bo jej śmierzdi...

- Panie Kowalski, rozważyłem wszystko dokładnie - mówi sędzia na rozprawie rozwodowej. - I postanowiłem przyznać pańskiej żonie dwa tysiące złotych miesięcznie.

- Świetnie, Wysoki Sądzie - odpowiada Kowalski. - Ja też od czasu do czasu dorzucę jej parę złotych od siebie.

PLACEK CEBULOWY

Drożdże posypać cukrem. Odstawić. Mąkę przesiać i dodać rozpuszczone drożdże. Dodać sól, mleko i połowę oleju. Wyrobić ciasto. Przykryć i odstawić do wyrośnięcia. Boczek podsmażyć. Dodać posiekaną cebulę i razem chwilę smażyć. Doprawić. Gdy ciasto podwoi objętość, rozwałkować je. Blachę wysmarować pozostałym olejem i wyłożyć na nią ciasto. Przykryć je ściereczką i odstawić na 15 minut. Dodać śmietanę i jajka, wymieszać. Farsz rozłożyć na ciście. Piec w temperaturze 180 stopni 30 minut.

Składniki: ciasto - 500 g mąki, 50 g drożdży, 300 ml letniego mleka, 1 i 1/2 łyżeczki soli, 1/2 łyżeczki cukru, 2 łyżki oleju; farsz - 1 kg cebuli, 150 ml gęstej śmietany, 3 jajka, łyżeczka oleju, 150 g wędzonego boczku, tymianek, sól, pieprz, gałka muszkatołowa.

