

Miejsko-Gminna  
BIBLIOTEKA PUBLICZNA  
ul. Targowa 5, 59-320 Polkowice  
tel. 45-09-01

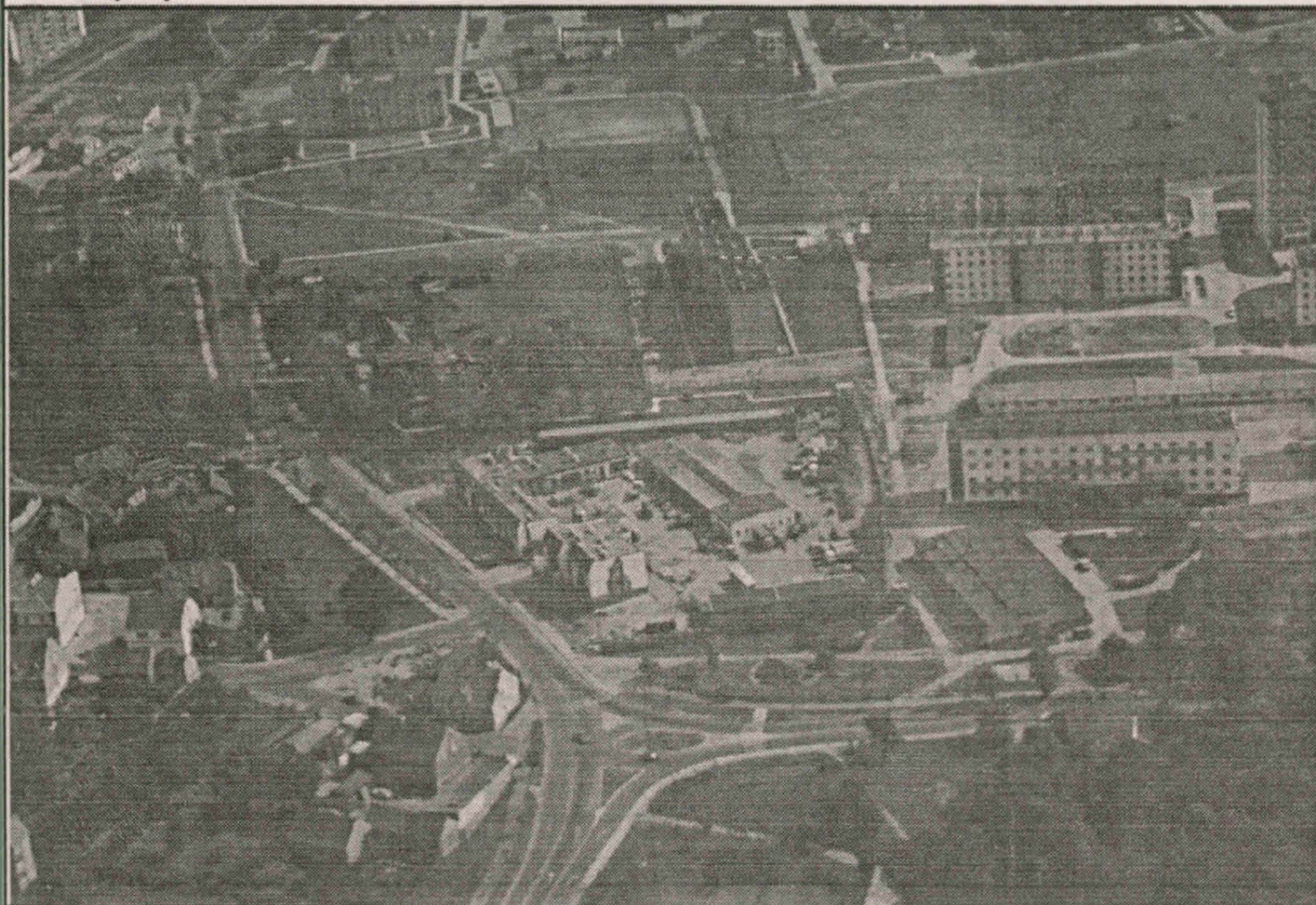


# Gazeta Polkowicka

12 (27)

WRZESIEŃ 1992

CENA: 3000 zł



## W NUMERZE MIĘDZY INNYMI:

Nowe tereny rekreacyjne (str.2), O telefonach w gminie (str.3),  
Półrocze w policji (str.4), Sesje Rady (str.5),  
Zwiedzamy Amsterdam (str.6) O marzeniach sennych (str.7),  
Lekarz radzi (str.8), Rozmowa z kosmetyczką (str.9), Zaproszenie  
na wycieczkę (str.10), Sport (str. 11),  
Jak reklamować żywność (str. 12).

## APEL DO MIESZKAŃCÓW

Od 1 września 1992 roku rozpoczęliśmy selektywną zbiórkę nieczystości stałych z gospodarstw domowych, placówek handlowo - usługowych i zakładów pracy. Przedsięwzięcie to polega na sortowaniu odpadów przez mieszkańców w swoich gospodarstwach domowych i wsypywaniu do pojemników w boksach śmietnikowych odpowiedniego koloru:

- ◆ kolor zielony - odpady organiczne,
- ◆ kolor czerwony - makulatura,
- ◆ kolor niebieski - szkło i opakowania szklane,
- ◆ kolor pomarańczowy - plastik (tworzywa sztuczne) i metal.



Tak posortowane i zebrane nieczystości stałe będą kierowane do dalszego przerobu w postaci półproduktów, dzięki czemu staną się nieszkodliwe dla środowiska naturalnego naszego miasta i gminy. Najbogatsze kraje Europy stosują ten sprawdzony sposób odzysku odpadów, a następnie ich skuteczne unieszkodliwienie. Gmina nasza jako jedna z nielicznych w kraju rozpoczęła proces oczyszczania środowiska naturalnego ponosząc poważne nakłady np. budowa nieszkodliwego dla otoczenia wysypiska śmieci, zakup pojemników, budowa boksów śmietnikowych.

### Zwracamy się do mieszkańców miasta z apelem:

- 1 Sortujcie dokładnie odpady w Waszych gospodarstwach domowych.
- 2 Wsypujcie odpady do pojemników o odpowiednich kolorach ustawionych w boksach.
- 3 Wyjaśnijcie swoim dzieciom cel sortowania odpadów oraz nauczcie praktycznie, do których pojemników wsypywać odpady.
- 4 Zgłaszajcie swoje propozycje i rozwiązania do PGKiM.

Z-ca Dyrektora d/s Eksploatacji  
Wacław Kluska

## Nowe tereny rekreacyjne

Od niedawna w Urzędzie Gminy wprowadzono nową formę opracowywania zadań. W miesiącu sierpniu ich liczba wynosiła 19, a co za tym idzie powstało 19 zespołów problemowych, których rolą podczas konferencji jest wypracowanie celów, strategii, założeń, określenie środków. Materiałem wyjściowym do konferencji jest tzw. arkusz planowania założeń polityki społeczno-politycznej Gminy na rok 1993 i lata następne.

Jako pierwsza z cyklu odbyła się konferencja na temat zagospodarowania terenów Ośrodka Sportu i Rekreacji w Polkowicach. Celem strategicznym tego przedsięwzięcia jest zapewnienie dzieciom i młodzieży w

wieku 10-18 lat miejsca całodziennego kształcącej rozrywki fizycznej i rekreacji przez cały rok.

Do celu tego ma doprowadzić np. budowa zespołu trzech odkrytych basenów kąpielowych. Jeden z nich, z zespołem urządzeń zabawowych, służyłby małym dzieciom. Drugi z dodatkowymi urządzeniami np. do wytwarzania fal, byłby ogólnodostępny. Oraz trzeci (25 m lub 50 m) jako basen wypoczynkowy.

Zanim inwestycja ta zostanie zrealizowana, minie co najmniej ponad rok, jednak nie musicie się państwo niczego obawiać, gdyż do czasu postania nowych obiektów czynne będą obecne. W planie jest również sztuczne lodowisko, tor wrotko-

wy, urządzenia zabawowe w rodzaju „wesołego miasteczka”. W związku z powyższym jeszcze w b.r. nastąpi wybór w drodze konkursu firmy projektowej, która zajmie się opracowaniem koncepcji zagospodarowania terenu.

Pełniąc jednocześnie funkcję generalnego projektanta wszystkich obiektów firma ta będzie miała prawo do zlecenia poszczególnych zadań projektowych innym specjalistycznym placówkom. Wybrany zostanie również zastępca inwestycyjny Gminy na czas realizacji całego przedsięwzięcia. Gotowe projekty techniczne powinny być gotowe do 01.04 1993, tak, aby od 01.05 1993 na plac budowy mogli wejść wykonawcy.

Zakładając utrzymanie dochodów budżetowych Gminy na dotych-

Od 1 lipca adwokaci znacznie podnieśli stawki za swoje usługi. Na przykład reprezentowanie klienta w sprawie o ochronę dóbr osobistych będzie kosztować 10 milionów zł. Jeśli więc sąsiad naurągał sąsiadowi używając słów uważanych za obraźliwe, jeśli ktoś poczuł się znieważony wskutek przyklejenia mu epitetu „człowiek z teczki” lub po prostu „agent”, będzie musiał wyłożyć dziesięć „baniek”, jeśli zechce korzystać z fachowej reprezentacji.

Bardzo droższe też taryfa adwokacka za wystąpienie w sprawie rozwodowej - z 800 tysięcy do 5 milionów, za obronę w sprawie karnej - z 600 tysięcy do 4 milionów, zaś rejestracja spółki lub spółdzielni podroższa wręcz rekordowo z 500 tys. do 10 milionów.

(lp)

## Mały poradnik drobnego inwestora

Jeśli któryś z czytelników posiada nadwyżkę gotówki i nie wie co z nią zrobić, niech przeczyta te uwagi.

Najpewniejszą - co nie znaczy najzyskowniejszą - lokatą kilku lub kilkunastu milionów pozostaje złożenie w banku. Banki oferują różne oprocentowanie, zależnie od czasu lokaty, sposobu kapitalizowania odsetek oferując od 32 % w PKO SA do 48 % w Banku Rozwoju Cukrownictwa (Poznań) dla lokat 3-miesięcznych. Należy się przy tym kierować poczuciem bezpieczeństwa: ryzykowne wydaje się powierzanie grubszej gotówki prywatnemu bankowi na czas dłuższy niż trzy miesiące.

Jeśli ktoś chce lokować w dolarach, to musi uwzględnić niskie oprocentowanie (1,5 % kwartalnie), kupować wówczas, gdy mija szaleństwo na rynku kantorowym, w kalkulować pełzającą dewaluację złotego (1,8 % miesięcznie), która powinna doprowadzić - jeśli nie dojdzie do inflacyjnego krachu - do ustalenia kursu 14 700 zł za USD w końcu roku.

Nie można raczej polecać inwestowania w akcje. To bardzo niebezpieczna lokata: kto nie sprzedał w porę papierów wartościowych, ten stracił. Oczywiście można skupować obecnie, podczas bessy, spodziewając się, że w końcu dojdzie do zwwyżki (hossy). Bezpiecznym i intratnym interesem wydaje się natomiast zakup obligacji Skarbu Państwa.

czasowym poziomie oraz poparcie społeczne dla realizacji tej inicjatywy, a także brak trudności obiektywnych, można spodziewać się, że polkowiczanie doczekają się wreszcie wspaniałej bazy dla uprawiania czynnego wypoczynku.

Myszę również, że cel strategiczny określony na początku zostanie rozszerzony o inne grupy wiekowe naszej lokalnej kultury czynnego spędzania wolnego czasu. Wtedy może mniej będziemy biadolić na nasze złe samopoczucie i stan zdrowia.

A póki co, bez nowej bazy, której jeszcze nie mamy, ale na tej, którą już posiadamy, możemy lansować popularyzowaną w naszej gazecie rubrykę „Po prostu ruszaj się”.

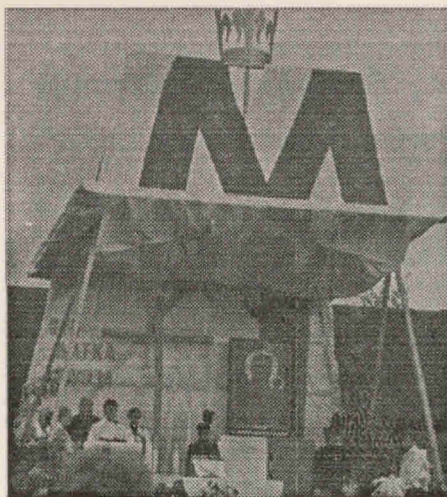
A-Z

## „Oto Matka Twoja”

W dniach 12-14 września w obydwu parafiach naszego miasta odbyło się nawiedzenie Matki Boskiej Częstochowskiej w kopii Jej cudownego obrazu.

Do tej wzniosłej uroczystości wierni przygotowali się poprzez rekolekcje znanego i cieszącego się wielkim posłuchem księdza Orzechowskiego w parafii Matki Boskiej Królowej Polski oraz dwóch księży salezjanów, wytrwałych w głoszeniu nauk misyjnych w parafii św. Michała Archanioła.

Uroczystościom przewodniczył J.E. Tadeusz Rybak. Do Polkowic przybyło również wielu zaproszonych przez naszych duszpasterzy księży, którzy niedługo pracowali w naszej miejscowości. Bardzo sta-



ranne przygotowania do spotkania z Matką Bogą i ludzi stworzyły niepowtarzalną atmosferę sprawowanych nabożeństw oraz całodobowych adoracji, które na zawsze pozostaną w pamięci wielu z nas. Z relacji ojca Paulina wynikało, że następny - czyli trzeci raz, Maryja przywędruje tu aż za 35 lat, bowiem wędrowkę, którą rozpoczęła w 1985 r., zakończy dopiero w roku 2016, odwiedzając całą Polskę.

Tjek

## Postanowienia Zarządu Gminy

Mieszkańcy wsi naszej gminy są pozbawieni ciągłych dostaw gazu. W związku z tym przystąpiono do opracowania systemu rozprowadzania gazu po wsiach. Zarząd postanowił również rozwiązać problemy energetyczne wsi: Biedrzychowa, Dąbrowy, Guzic, Kazimierzowej, Moskorzyna, Suchej Górnej, Trzebcza, Żelaznego Mostu i Żukowa poprzez odejście od budowy sieci zdalocynnej a wybudowanie sieci lokalnych w oparciu o zbiorniki gazu lub oleju opałowego. Wybór tej koncepcji ma uzasadnienie ekonomiczne.

\* \* \*

Mieszkańcy bloków przy ul. Kolejowej i Lipowej zwrócili się do władz miasta z prośbą o rozwiązanie problemu ich zadłużeń finansowych w polkowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej „Cuprum”. Mieszkania zajmują rodziny wielodzietne, których przed i po otrzymaniu oraz podpisaniu przydziałów mieszkaniowych (jak twierdzą) nikt nie poinformował, że po dwóch latach zajmowania lokali będą splotać tak wysoki kredyt z odsetkami.

Mając na uwadze przede wszystkim dobro mieszkańców, Zarząd Gminy skierował sprawę do Spółdzielni celem rozpatrzenia możliwości rozłożenia spłat na raty lub umożliwienia lokatorom zamiany z innymi członkami Spółdzielni na mieszkania o nie mniejszym metrażu od tego, który posiadali przed przekwaterowaniem. Nad tą sprawą pracuje również radca prawny celem znalezienia rozwiązania formalno - prawnego zaistniałego problemu.

\* \* \*

Ustalono czas pracy lokali prowadzących sprzedaż alkoholu. Wszystkie zakłady gastronomiczne prowadzące sprzedaż alkoholu są czynne do godz. 24<sup>00</sup>. Pijalnia piwa na tarasie do godz. 22<sup>00</sup>, pijalnia przy ul. K.B. Kominka od godz. 6<sup>00</sup> do 24<sup>00</sup>.

Dorota Niewiadomska

Zarząd Gminy planuje stworzenie w Obieckie Centralnej Cechowni instytucji, której misją będzie wspieranie przedsiębiorczości. Po remoncie adaptacyjnym miałyby tam funkcjonować: biura dla drobnych rodzających się firm, biura radców prawnych, biura dla firm parających się usługami finansowo - księgowymi, reklamą i marketingiem, pomieszczenia dla centrum konferencyjno - prasowego i szkoleniowego, usługi bankowe, pocztowe i telekomunikacyjne, posterunek celny, firma spedycyjna, agencja celna, obiekty handlowe, usługi hotelarskie i gastronomia, magazyn i skład celny oraz duży parking dla odpraw celnych.

Na razie są to projekty. Realizacja ich wymaga negocjacji z wieloma firmami celem zawiązania spółki akcyjnej, której misją będzie realizacja tych zamierzeń. Podjęto już działania, których efektem jest uzyskanie wstępnej akceptacji Zakładów Górniczych „Polkowice” i PHP „Mercus”. O dalszych losach zamierzonego przedsięwzięcia będziemy informować czytelników.

H.K.

## Telefonizacja gminy

W tym numerze „Gazety Polkowskiej” trochę więcej o telefonach na wsi, jednak nie sposób pominąć się o refleksje na temat telefonów w mieście.

250 telefonów już podłączono, niby niewiele i nie ma się czym chwalić, jednak przełamano okres stagnacji, w którym od kilku lat uzyskanie telefonu graniczyło z wygraną na loterii.

Przedłużający się czas oczekiwania, za który pozostaje tylko przeprosić, spowodował wiele emocji, jednak nie był to czas stracony. Pozwolił na poznanie problemów związanych z telefonizacją, które należałoby określić mianem wielkiej niemożności. Trafiliśmy na okres przekształceń Urzędu Poczty i Telekomunikacji w przedsiębiorstwo Telekomunikacja Polska S.A. Uczestnicząc w rozmowach czasem odnosiło się wrażenie, że są to tylko przekształcenia nazwy.

Obecnie trwają przygotowania do opracowania dokumentacji na okablowanie całego miasta. Trwają również rozmowy z TPSA oraz firmą ALKA TEL o rozbudowę centrali w Polkowicach. Prace te pozwolą na przełomie roku 1993/94 nasycić gminę w usługi telekomunikacyjne do tego stopnia, aby uzyskanie telefonu nie stanowiło problemu. Ale o tym i o działalności Komitetu Telefonizacji w następnym numerze.

Wracając do telefonów na wsi, radni Gminy Polkowice obok innych inwestycji teletechnicznych zdecydowali również o budowie sieci telefonicznej na wsi.

Dzisiaj często wygląda to tak, że jedna wieś posiada tylko jeden telefon a instalacja teletechniczna, to jednoparowy kabel powiązany sznurkiem, który byle wichura zrywa kilka razy w miesiącu pozbawiając mieszkańców wsi telefonu.

O potrzebie telefonu w gospodarstwie nie trzeba nikogo przekonywać, można pokusić się o stwierdzenie, że jest to podstawowe urządzenie i często jedyna możliwość uzyskania pomocy.

Obecnie prowadzone są prace na terenie całej gminy. We wsiach Sobin i Jędrzychów budowana jest sieć telefoniczna i montowane są dwie centrale, które po zakończeniu inwestycji (wg planu już w październiku) pozwolą na podłączenie 200 numerów.

Druga inwestycja prowadzona jest we wsiach Trzebcz, Guzice, Komorniki, Żuków, Tamówek, Kazimierzowa, Moskorzyn i Sucha Górna. Planowane zakończenie przewiduje się na 30 listopada.

Mieszkańcy Polkowic Dolnych otrzymają telefony w październiku po wykonaniu sieci teletechnicznej i włączeniu do centrali w Polkowicach.

W pozostałej części gminy, we wsiach Biedrzychoy, Pieszkowice, Dąbrowa i Żelazny Most mieszkańcy otrzymają telefony w listopadzie po zakończeniu remontu odcinka tranzytowego sieci z Polkowic do Biedrzychoy.

Powyższe terminy mogą ulec niewielkim zmianom z powodu prowadzonych równoległe innych inwestycji: kanalizacji w Sobinie i Jędrzychowie, wodociągowania wsi Komorniki i Tarnówek. Jednak do końca tego roku wszystkie prace związane z telefonizacją wsi zostaną zakończone.

Komitet Telefonizacji

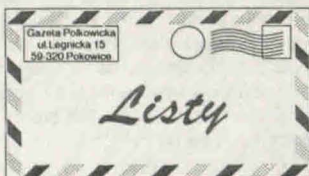
## Jak minęło I półrocze w Policji

W pierwszym półroczu w rejonie lubińskim obejmującym Lubin, Polkowice, Chocianów, Ścinawę i Rudną nastąpił wzrost przestępczości.

Na terenie miasta i gminy Lubin zanotowano więcej przestępstw w stosunku do tego okresu z roku ubiegłego o 607 zdarzeń (49,3%). Największy przyrost nastąpił w Rudnej, a w Polkowicach i Chocianowie zanotowano spadek.

Szcześnie w nieszczęściu jest fakt, iż w w naszym mieście nastąpił wzrost wykrywalności przestępstw, wszczęto 861 postępowań przygotowawczych (w I półroczu 1991 r. - 819). W zakończonych postępowaniach przygotowawczych stwierdzono 1381 przestępstw (wzrost o 40%). Wykrytych przestępstw było 950 przy 616 w analogicznym okresie roku ubiegłego.

Niepokojące jest to, że w rejonie lubińskim zanotowano najwyższy wskaźnik przestępczości nieletnich w województwie. 270 takich przestępstw popełniono w samym tylko Lubinie.



Pragnę przeprosić mieszkańców jak i gospodarzy parku w Swininie za tak istotną pomyłkę. Prawdą jest, że oparłem swe wiadomości o stary przewodnik, dlatego odruchowo wyniknęła pomyłka. W Swininie byłem kilkakrotnie i co dotyczy parku, to muszę stwierdzić, że jest on utrzymany w dobrym porządku i jest chlubą mieszkańców.

Z poważaniem Stanisław

### Szanowni Czytelnicy

Jestem w trakcie opracowywania książki o życiu religijnym Polaków. Moim zdaniem nietolerancja powodowana jest niewiedzą. Moja książka, mam nadzieję, będzie skutecznym popularyzatorem tolerancji religijnej w Polsce. Bardzo proszę o wszelkie informacje na temat:

a-Kościoły, Związki wyznaniowe, grupy duchowne niezarejestrowane, działające niezależnie.

b-Kościoły zarejestrowane jako stowarzyszenia zwykłe lub fundacje.

c-Lokalne społeczności zarejestrowanych Kościołów i Związków wyznaniowych nierzym-skokatolickich.

d-Organizacje ekumeniczne - ponadkonfesyjne.

e-Grupy parareligijne, na pograniczu religii.

Będę wdzięczny za każdą informację.

Korespondencję proszę kierować na adres

Jacek Rzońca

skr.nr 80

91-101 Łódź 52

Z poważaniem

Jacek Rzońca

\*\*\*

Zwracam się z nieśmiałą propozycją zamieszczenia na łamach Waszego pisma informacji o inicjatywie mogącej, jak sądzę, zainteresować znaczną część Czytelników „Gazety”. Wspomagany przez grono zapaleńców organizuję agencję kolekcjonerską, ułatwiającą podobnym do nas pasjonatom wymianę doświadczeń i uzupełnianie gromadzonych zbiorów. Wstępnym warunkiem powodzenia całego przedsięwzięcia jest zebranie zgłoszeń możliwie wielu zainteresowanych, także z mniejszych ośrodków, gdzie nieoprowadzenie trudniej o nawiązanie tego rodzaju kontaktów.

Staramy się więc wykorzystać wszelkie szanse rozszerzenia naszego „banku informacji”, nie ukrywając, że nie stać nas na metodę najprostszą

i najmniej zobowiązującą - na płatną kampanię ogłoszeniową. Nie chcemy ograniczać działalności agencji do popularniejszych dziedzin zbieractwa. Przeciwnie, kolekcjonerstwo pojmujemy szeroko, a naszą ofertę kierujemy do wszystkich zbieraczy, niezależnie od specjalności i zaangażowania.

Za pośrednictwem „Gazety” chcemy więc prosić zainteresowanych o podstawowe informacje o nich samych i o ich zbiorach. Każdy zgłaszający się otrzyma pocztą gratisowy egzemplarz naszego biuletynu. Czytelnikowi, który dołączy do listu treść krótkiego ogłoszenia związanego z własnym hobby, obiecujemy dodatkowo bezpłatną publikację jego anonsu. Osobom, które zechcą zastrzec personalia do wiadomości agencji, zapewniamy pośrednictwo w wymianie korespondencji.

Na tych samych warunkach każdy z Czytelników może ogłosić zamiar odstąpienia czy oddania w dobre, kolekcjonerskie ręce wszystkiego tego, co od dawna zawadza mu w szufladzie czy na strychu, a co dla innych może okazać się dług

## Co nowego w oświacie?

Z tym pytaniem zwróciłam się do przewodniczącego Oddziału ZNP w Polkowicach p. Kardysia, który uczestniczył w spotkaniu dyrektorów placówek oświatowych z panią kurator. Najistotniejsze sprawy w skrócie przekazuję.

Wszyscy nauczyciele, oprócz zwolnionych, otrzymali w okresie wakacyjnym nowe angaże z podwyższoną placą. Podwyższoną, ale nie zadowalającą. Wykwalifikowany pedagog po 20 latach wzorowej pracy otrzymał niewiele ponad 2 miliony złotych. Będą więc w dalszym ciągu dorabiać, aby godziwie żyć, kosztem oczywiście swojego zdrowia i czasu poświęcanego własnej rodzinie.

Siatka godzin przez najbliższy rok pozostanie taka sama. W międzyczasie prowadzone są rozmowy Ministerstwa Edukacji ze związkami na temat przyjęcia programu godzinowego proponowanego przez rząd. Przypominam, że w propozycjach był 40 godzinny tydzień pracy, w tym średnio 23 godziny dydaktyczne, różnicowane w zależności od przedmiotu nauczania i rodzaju szkoły.

Od września obowiązuje minimum programowe w oparciu o które nauczyciele muszą w najbliższym czasie opracować nowe rozkłady materiałów nauczania, uwzględniając najslabszych i najzdolniejszych uczniów. Jest to więc wprowadzenie nauczania zróżnicowanego.

Nowy system opieki medycznej, eliminujący pracę lekarza w szkole, stwarza nowe zadania dla pielęgniarek, które mają być teraz

## Ośrodek Pomocy Społecznej informuje

Ośrodek Pomocy Społecznej uzupełnia informacje zamieszczone w poprzednim numerze „Gazety Polkowskiej” w art. „Gdzie po pomoc”.

Ze świadczeń pomocy społecznej mogą korzystać mieszkańcy gminy po spełnieniu co najmniej dwóch warunków: niskiej średniej przypadającej na członka rodziny, która od 1 września wynosi 927 500 zł brutto oraz jednej z okoliczności powodującej trudną sytuację materialną rodziny (inwalidztwo, długotrwała choroba, udokumentowane bezrobocie, wypadek losowy, wielodzietność, samotne wychowywanie dzieci, alkoholizm lub narkomania członka rodziny - szczególnie tam, gdzie na utrzymaniu są dzieci, sieroctwo i bezdomność).

Ośrodek Pomocy Społecznej zaprasza wszystkich mieszkańców, którzy spełniają w/w udokumentowane warunki.

Kierownik OSP

Barbara Andrzejewska

poszukiwanym skarbem. Tu istotne zastrzeżenie: agencja nie prowadzi działalności handlowej, więc sami nie skupujemy i nie wyceniamy walorów kolekcjonerskich.

Maciej Pawłowski

ul.Racławicka 29/23

30-075 Kraków

## Podziękowania

Serdeczne podziękowania dla Pani kierownik i wszystkich Pań z Ośrodka Pomocy Społecznej za serce i wszelką pomoc składaną

rodzina Ciosów

###

Dyrekcja Szkoły Podstawowej Nr 2 w Polkowicach wraz ze Społecznością Uczniowską pragnie serdecznie i gorąco podziękować Komendantowi Straży Miejskiej w Polkowicach za nieodpłatne przekazanie dla szkoły sprzętu technicznego.

Dziękujemy!

bardziej operatywne. Czy zechcą?

Zapowiada się w najbliższym czasie zmiana regulaminu klasyfikowania i promowania do następnej klasy.

Nie we wszystkich placówkach będzie można wprowadzić 2 godziny lekcyjne religii. W polkowickich szkołach z uwagi na brak księży i katechetek w niektórych klasach może być tylko 1 lekcja. Wszyscy oczekują na decyzję Trybunału Konstytucyjnego, która ma być obowiązująca władze oświatowe.

Bałagan organizacyjny spowodował, że w województwie legnickim brakuje ok. 300 nauczycieli. Niejednokrotnie zwolnienia były nieprzemyślane do końca przez dyrektorów. Wprowadzono nowy kalendarz szkolny, w którym nie ma określonych świąt, uroczystości i przerw w nauce. Dokładne terminy kierownictwo placówek musi wyliczyć i podać pracownikom do wiadomości. Czy nie spowoduje to bałaganu? Pytań jest wiele. Nie wyjaśnione do końca sprawy powodują, że nauczyciele rozpoczynają rok szkolny z nie najlepszymi odczuciami.

Nowa szkoła

## Sesje Rady

2 września odbyła się kolejna 30 już sesja Rady Miejskiej.

W trwającej przez dwa dni z przerwą nocną sesji uczestniczyli pracownicy Urzędu Gminy, zaproszeni goście: Jan Kotapka - Nadkomisarz Policji w Lubinie, Mariusz Rogowski - kandydat na Komendanta Komisariatu Policji w Polkowicach Marek Wiland Główny Projektant, Dyrektor Ecolandu" oraz siedmiu sołtysów.

Do odczytanego przez Przewodniczącego Rady Miejskiej - M. Zaguły projektu porządku obrad radni nie mieli zastrzeżeń.

Nadkomisarz Policji w Lubinie Jan Kotapka przedstawił zebrany kandydata na stanowisko Komendanta Komisariatu w Polkowicach - Mariusza Rogowskiego. Kandydatura ta uzyskała akceptację Rady Miejskiej. Podziękowano panu Romualdowi Kowalskiemu - pełniącemu dotychczas tę funkcję.

Po 10 minutowej przerwie burmistrz P. Walczak przedstawił sprawozdanie z wykonania budżetu Gminy Polkowice za I półrocze 92 r.

Uwagi w formie pytań do tego sprawozdania przedstawiło wielu radnych, m.in. radny Michał Lenczuk zapytał: kiedy zakończą się prace związane z podłączeniem telewizji kablowej. W odpowiedzi burmistrz D. Hac poinformował, że szczegółowe informacje na ten temat ukażą się we wrześniowym numerze „Gazety Polkowickiej”.

Radny Jan Bytniewski zwrócił się zapytaniem, dlaczego jest tak niskie wykonanie budżetu inwestycyjnego (32%) w stosunku do planu. W odpowiedzi burmistrz P. Walczak stwierdził, że: „Dotychczasowe metody planowania inwestycji nie były prawidłowe. Usprawiedliwieniem może być fakt, że do końca marca nie było wiadomo, jaki będzie budżet gminy. Wyciągając wnioski z zaistniałej sytuacji już w tej chwili jesteśmy na etapie przygotowania koncepcji wszystkich przedsięwzięć inwestycyjnych na rok przyszły, przy założeniu, że budżet się nie zmieni. W prognozach mówi się jednak o opodatkowaniu gmin bogatych i pewnym wyrównaniu dochodów. Nie musimy się obawiać o pieniądze, które zostaną, gdyż umieszczone są na wysoko oprocentowanych lokatach i przynoszą gminie znaczny dochód”.

Michał Lenczuk wystąpił w imieniu Rady Parafialnej z Sobina pytając: „dlaczego nie przyznano środków pieniężnych na cele sakralne dla tej wsi?”. W odpowiedzi, Skarbnik Gminy Danuta Krawiec poinformowała, że środki finansowe na obiekty sakralne otrzymały tylko te parafie, które do końca czerwca rozliczyły się z wcześniej otrzymanych dotacji.

Zwiększone nakłady na remont kina „Skarbnik” zaniepokoiły radnego Mateusza Bogackiego. W odpowiedzi p. Walczaka usłyszeliśmy, iż przy-

czyną były nieprzewidziane w projekcie technicznym niespodzianki, które ujawniły się w czasie prac remontowych.

Następnie głos zabrał radny Ryszard Sośnicki, pytając o przyczynę wymiany okien drewnianych na plastikowe w budowanej szkole ponadpodstawowej, w wątpliwości poddał też celowość odrestaurowywania Ratusza, gdyż koszty remontu przewyższają koszt wybudowania nowego obiektu.

„...okna drewniane w szkole nie były montowane, a zamiana nastąpiła w dokumentacji, przed rozpoczęciem robót - wyjaśnił P. Walczak. Taka zamiana spowoduje lepsze utrzymanie ciepła w budynku i korzystniejszą eksploatację.

Decyzja o remoncie Ratusza została podjęta przez Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków, który określił jako obiekty zabytkowe Ratusz, kościół i wiatrak. Wymagają one remontów i nie wolno dopuścić do ich zniszczenia. Za ich stan odpowiedzialne są władze miasta. Zatem jeśli istnieje najmniejsza szansa na uratowanie zabytku, należy to uczynić”

Następnie Skarbnik Gminy omówiła projekty zmian w budżecie. Uwagi do projektu wniosło kilku radnych.

Lesław Zieliński zapytał: „Dlaczego na badania hydrauliczne i opracowanie koncepcji modernizacji sieci wodociągowej przyznano tak dużą kwotę - 480 mln zł. Czy nie jest to suma wygórowana?” Odpowiadając E. Stańczyk przypomniał, że sieć hydrauliczna z upływem czasu ulega zmianie, a przeprowadzone 10-15 lat temu badania już się zdezaktualizowały. Należy więc zbadać stan bieżący sieci i załatwić problem alternatywnych ujęć wody dla miasta (projekty techniczne). Przewodniczącej Komisji Rewizyjnej - p. M. Wesolek wyjaśnienia te wydały się niedokładne i zbyt enigmatyczne, w związku z tym Komisja Rewizyjna wniosowała o przygotowanie przez zarząd kilku informacji na ten temat na następną sesję Rady.

Po zakończeniu dyskusji przewodniczący Zarządu Gminy p. Walczak wyraził swoje zdziwienie dlaczego dopiero na sesji radni zgłaszają wątpliwości do przedstawionego projektu. Radni zapoznawali się z materiałem na posiedzeniach komisji, a dwa tygodnie przed sesją otrzymali je. Zatem mieli wystarczająco dużo czasu na wyjaśnienie wątpliwości. Cztery dni przed sesją odbyło się posiedzenie Zarządu, którego celem było rozpatrzenie wszystkich wniosków dotyczących proponowanych zmian w budżecie.

Na pytanie p. Zielińskiego dot. zbyt wysokich środków przyznanych na zakup sprzętu komputerowego i audiowizualnego szkole ponadpodstawowej odpowiedział p. Walczak. Poinformował, iż za te środki wyposażone będą dwa gabinety po 15 stanowisk komputerowych oraz zostanie zakupiony sprzęt audiowizualny.

Wniosek p. Zielińskiego w sprawie przekazania środków finansowych w wys. 20 mln zł na zakup lampy do tomografu komputerowego dla

Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego we Wrocławiu został przyjęty. Na wniosek przewodniczącej Komisji Zdrowia kwotę tą zwiększono do 100 mln zł.

W imieniu Komisji Zdrowia propozycje zmian w budżecie zgłosiła p. Julita Sejud. Dotyczyły one rezygnacji z zakupu karetki przewoźowej, przyznania środków na umundurowanie pracowników służby zdrowia (50 mln), zwiększenia kwoty 95 mln do 285 mln zł dla Fundacji Pomoc Dzieciom z Chorobą Nowotworową. Pieniądze na realizację tych wniosków mają pochodzić z rezerwy finansowej służby zdrowia.

Ponadto p. Sejud zgłosiła wniosek o wyposażenie Szkoły Podstawowej nr 3 w odpowiednie dla dzieci ławki i stoliki. Pieniądze na ten cel mają pochodzić z rezerwy budżetowej.

Pan Wojciech Śnieżko zgłosił wniosek o przeprowadzenie kontroli szkół pod kątem prawidłowego wyposażenia w ławki i stoły przez Komisję Oświaty i załatwienie sprawy globalnie we wszystkich szkołach. Komisja przygotowuje protokół pokontrolny i wnioski na najbliższej sesji.

Propozycję zmian w budżecie przyjęto 20 głosami.

Oddalono uchwałę w sprawie diet dla radnych kierując ją do ponownego opracowania przez Komisję Budżetu i Finansów. Projekt ma być opracowany w kilku wariantach uwzględniających wprowadzenie czynników dyscyplinujących radnych i przedstawiony na najbliższej sesji.

W imieniu Komisji Rozwoju Wsi i Rolnictwa, Jan Bytniewski poprosił o rozpatrzenie wniosku o odwołanie radnego Grzegorza Majewicza z funkcji członka Zarządu Gminy. Grzegorz Majewicz jest etatowym pracownikiem Urzędu, co może kolidować z interesami wsi, które reprezentuje, jako członek Zarządu z mandatu wiejskiego.

W tajnym głosowaniu radni wypowiedzieli się za wnioskiem. Następnie podjęto uchwałę w sprawie przyjęcia założeń planu zagospodarowania przestrzennego miasta i gminy Polkowice.

O godz. 20<sup>30</sup> obrady zamknięto. Wznowiono obrady w dniu następnym o godz. 16<sup>00</sup>.

Przyjęto uchwałę w sprawie obniżki średniej ceny skupu żyta dla celów obliczania podatku rolnego na rok podatkowy 1992 oraz zwolnienia od podatku użytków rolnych, na których zaprzestano produkcji.

Rozpatrzono wniosek o udzielenie zapomóg dla strajkujących górników. Rada uznała, iż taki obowiązek realizuje Ośrodek Pomocy Społecznej w oparciu o ustawę o pomocy społecznej.

Przyjęto także uchwały dot. sprzedaży lokalu mieszkalnego oraz nieruchomości położonych na terenie miasta, a także w sprawie nabycia przez gminę nieruchomości w mieście w obrębie nr 2.

Po zapytaniach i wolnych wnioskach sesję zakończono.

ACHB

## Rynek pracy

W Urzędzie Rejonowym w Lubinie obejmującym miasta: Lubin, Ścinawę, Chocianów, Rudną i Polkowice zarejestrowano pod koniec lipca 9471 bezrobotnych, w tym 6424 kobiety. Dotychczas niepracujących osób 2334, absolwentów 569, zwolnionych w ramach zwolnień grupowych 947. Zarejestrowanych bez prawa do zasiłku jest 1810 osób. Ogółem liczba ofert pracy - 419, w tym w sektorze publicznym 46 (robotnicze 38, nierobotnicze 8).

AC

## A może na wagę?

Naliczyłam w Polkowicach cztery punkty sprzedaży odzieży na wagę. Niektóre z nich cieszą się wśród mieszkańców i przyjezdnych niewielką popularnością. Do takich należy na pewno sklep na ulicy Kardynała Kominka, oraz znajdujący się w domku jednorodzinny (koło pijalni piwa) w Rynku. Klientami tych sklepów są nie tylko najbliżsi mieszkańcy, lecz wszyscy Ci, którzy potrafią liczyć.

Za jedyne bowiem 60 tys. (w Rynku) i 60,100,140 tys. na ul. Kardynała Kominka moż-

na kupić ubrania na wagę z dobrego jakościowo materiału i o modnym kroju. Największą popularnością cieszą się obecnie dresy, swetry i kurtki. Wśród przywożonych używanych ubrań z Belgii, Niemiec nierzadko można spotkać zupełnie nowe, z metkami.

Cztery punkty sprzedaży odzieży używanej w Polkowicach to trochę mało (we Wschowie naliczyłam 17). Widocznie nasi mieszkańcy mają zbyt dużo pieniędzy i wybierają towary droższe.

AB

## „Popłynęli koledzy w rejs...”

Po raz kolejny, po bardzo intensywnym okresie przygotowań, udaje nam się zrealizować nasze marzenia. Po Kanale Gota przychodzi kolej na Amsterdam. Nie udaje nam się jednak otworzyć zeszlórocznego składu, różne sprawy osobiste i zawodowe nie pozwalają wypłynąć Irkowi, Andrzejowi i Waldkowi. Zastępują ich: Andrzej (nasz kolega z Warszawy), Kasia i Piotrek (syn Andrzeja - naszego dotychczasowego „drugiego”). Pozostali to: Zbyszek - kapitan, Jurek, Leszek, Tolek, Jagoda i ja.

15.06.1992 około godziny 17<sup>00</sup> odbijamy od nabrzeża w Trzebieży, żegnani przez Andrzeja i Irka, którzy pomagali nam również w przygotowaniach jachtu do rejsu. Pogoda nie jest najciekawsza, jest raczej zimno, wieje wiatr północny skracający na północno-wschodni; dlatego też, aby nie tracić czasu na Zalewie Szczecińskim, uruchamiamy naszego prawie niezawodnego urusa.

Po 21<sup>00</sup> wychodzimy poza główki portu w Świnoujściu. Morze Bałtyckie wita nas wyjątkowo pięknie wszelkimi odcieniami różu i fioleto oraz absolutnym sztyłem. Powoli jednak zaczyna się rozdmuchiwać, wiatr nie jest za bardzo sprzyjający, nie możemy osiągnąć przylądka Arkona w Niemczech. Załoga zaczyna oswajać się z morzem, prawie wszyscy odnawiają swoją znajomość z dobrze wszystkim znaną panią „chorobą morską”.

Przez cały czas wchodzenia do Kanalu Kilońskiego wieje silny wiatr, raczej sprzyjający, jest bardzo zimno, ale słonecznie. Wieczorem 17.06 dopływamy do Holtenau, znanego nam już z rejsu w 1990 roku. Tłok w porcie jest spory, musimy cumować wzdłuż innego jachtu. Nasz jacht S/Y „Rega” jest duży i bardzo ciężki, czasami budzimy grozę wśród właścicieli małych, jednomasztowych, wykonanych z tworzyw sztucznych jachtów.

Następnego dnia około godziny 6<sup>00</sup> odbijamy i wchodzimy do Kanalu Kilońskiego. Kanał Kiloński (Nordostsee Kanaal) jest kanałem morskim łączącym Morze Bałtyckie (Kilonia-Holtenau) z Morzem Północnym (Brunsbüttelkoog, u ujścia Łaby), długości 98,7 km. Przypomina nam miejscami Kanał Gota, ale domy zbudowane nad nim świadczą o wiele wyższym standardzie życia niż w Szwecji. Pokonujemy Kanał w ponad 11 godzin, nocleg w Brunsbüttel, typowo niemieckim, spokojnym miasteczku.

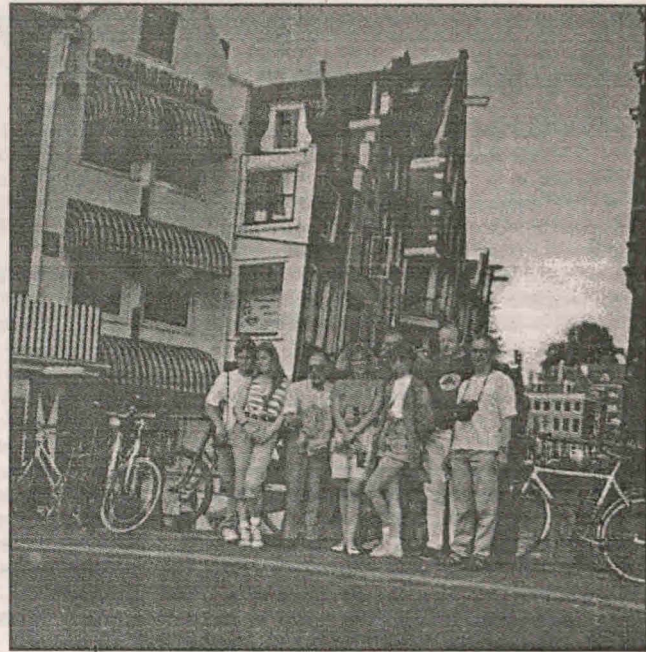
Od 19.06 następuje zmiana wacht w związku z wypłynięciem na Morze Północne; są tylko dwie

wachty po trzy osoby i dwie osoby w kambuzie. Wszyscy (poza kapitanem) jesteśmy po raz pierwszy na tym akwenie. Morze Północne jest morzem bardzo zasolonym (w porównaniu z Bałtykiem), fala jest bardzo długa, co mocno aktywizuje chorobę morską. Na trasie do Amsterdamu panuje olbrzymi ruch, dlatego też musimy się poruszać po wytyczonym torze wodnym. Morze Północne przypomina bardzo ruchliwą autostradę, w nocy ruch statków się nasila.

Nowym dla nas zjawiskiem są tzw. pływy (odpływy i przypływy) zjawiska zachodzące w atmosferze wskutek przyciągania Księżyca i Słońca. Okresowe podniesienia poziomu wód (przypływy), a następnie opadnięcie (odpływy) następują co 6 do 12 godzin. Przez lornetkę możemy zobaczyć słynny latarniowiec „Elbę” oraz nieliczne w tej części morza platformy wiertnicze. Duża fala najbardziej utrudnia życie kambuzowi; do gotowania i trzymania latających naczyń najlepiej byłoby dysponować co najmniej 4 parami rąk.

Nad ranem 21.06 widać już Amsterdam, główki portu przekraczamy około 6<sup>30</sup>. Amsterdam jest największym miastem i stolicą konstytucyjną Holandii. Port nad jeziorem IJsselmeer połączony z Morzem Północnym kanałami (m.in. Noordzee Kanaal). Wielki ośrodek handlowo-bankowy, rozwinięty przemysł stoczniowy, maszynowy, samochodowy, lotniczy, włókienniczy, poligraficzny, odzieżowy. Jest to również znane na całym świecie centrum szlifierzy diamentów. Cumujemy na przeciwko Dworca Centralnego, zaraz za nim znajduje się najstarsza część Amsterdamu. Nie marnujemy więc cennego czasu na dojeżdżanie do miejsc, które nas bardzo interesują.

Amsterdam jest poprzecinany dziesiątkami kanałów, w których odbijają się urokliwe kamieniczki mieszczańskie głównie z XVII wieku. Wszystkie wyjątkowo zadbane, każda inna architektonicznie, wąskie i wysmukłe. Setki małych kawiarenek, w których porównujemy jakość Tuborga czy Amstela z naszym Żywcem czy Okocimem. Nie mieszając w to patriotyzmu, nasze piwo może śmiało konkurować z innymi znanymi gatunkami.



Zwiedzamy słynne muzea, m.in. Muzeum Historii Amsterdamu, Muzeum Sztuki Współczesnej, Rijksmuseum (Muzeum Narodowe), muzeum Van Gogha oraz filię Madame Tissaud (gabinet figur woskowych). Na ulicach wszystkie możliwe nacje, wszystkie możliwe stroje, absolutny luz w zachowaniu i modzie. Na tym tle Polska jawi się wyjątkowo negatywnie, szczególnie w stroju to olbrzymia prowincja. Ludzie poruszają się głównie na rowerach, mocno już sflatygowanych, ale jeszcze sprawnych technicznie. Po licznych drogach dla rowerów poruszają się także ludzie na wrotkach i deskorolkach. Są to doskonałe środki komunikacji, wszędzie i bardzo szybko można na nich dotrzeć.

Noc w Amsterdamie to kolejne, nowe odczucia. Życie nie zamiera, na ulicę wychodzą głównie turyści i ludzie, którzy mają olbrzymie profity z pracy w nocy. Amsterdam nocą to jedna wielka czerwona latarnia; chodzenie i oglądanie różnych atrakcyjnych panierek nic nie kosztuje (niektórym musi to wystarczyć). Szczególną atrakcją jest targ kwiatowy, gdzie można kupić wszystko, od doniczek, ziemi, wazoników, nawozu, krzewów po kwiaty, sadzonki i przepiękne bukiety. Na ulicach zachwycają olbrzymie, kolorowe, barokowe katarzynki. Korzystając z wodnych tramwajów można obejrzeć cały Amsterdam. Jeszcze mały rekonesans po sklepach, przymierzanie olbrzymiej ilości kapeluszy i po 2,5 dobach z łałem opuszczamy to wyjątkowo urokliwe miasto.

W środę 24.06 znowu zaczyna się żegluga, wiatr bardzo silny na początku, w czwartek zaczyna wyraźnie słabnąć, barometr idzie w górę, może nareszcie będzie prawdziwe lato? Po dwóch dniach żeglugi, przy przepięknej pogodzie, bajecznych widokach docieramy do Kanalu Kilońskiego. Słońce zaczyna mocno prażyć, wiatr słabnie, załoga zaczyna się rozbiierać i już przy takiej upalnej pogodzie pokonujemy Kanał Kiloński i Morze Bałtyckie. Typowy jachting, opalanie na deku, dogadanie przez kambuz, schłodzone piwo i oczywiście wachty, nikt tego za nas nie zrobi. W międzyczasie robimy sobie natryski wodą morską, słuchamy piosenek żeglarskich i powoli zaczynamy przypominać czerwonoskórych.

W Trzebieży oczekują nas nasi koledzy Irek i Andrzej, którzy przeżywają cały nasz rejs nie uczestnicząc w nim. Opowieściom, rozmowom, wspominkom nie ma końca. Przy „nocnych Polaków rozmowach” zastaje nas świt. Pora zacząć planować przyszłoroczne morskie wakacje.

Zenobia Suchy



*„Marzenie senne nie zajmuje się nigdy sprawami, które nie byłyby godne zajęcia się nimi za dnia; drobnostki, szczegóły, które za dnia nas nie obchodzą, nie potrafią też przedostać się do marzenia sennego”.*

Zygmunt Freud

## „Sen mara” czyli rzecz o marzeniach sennych

Nie chcę zaczynać artykułu od wyjaśnień, jak to dawno temu magowie tłumaczyli marzenia senne, bo uspię czytelników na samym wstępie. Przedstawię natomiast historię z życia wziętą.

Otóż znalazłem człowieka, który lubił spać; powiem więcej: kochał sen. Co działo się podczas jego trwania, Darek nie ujawnił do końca nikomu. Uczucie to było jednak na tyle mocne, że umieścił nad łóżkiem napis, cytując: „Marta kochana jest jak sen”. Dla niewtajemniczonych wyjaśnię, że Marta od pewnego czasu była jego dziewczyną. Nie wiem, czy sprawiła to siła powyższego oświadczenia, czy magia snu, czy inne względy, niezaprzeczalnym jednak faktem jest, że w/w para od kilku już lat śni wspólnie. A teraz do rzeczy!

Chcę Państwu przybliżyć jedno ze zjawisk pojawiających się w naszej psychice tzn. marzenia senne. Występują podczas snu, dlatego podam na wstępie kilka informacji na jego temat. Sen jest zjawiskiem fizjologicznym, przeciwnym niejako stanowi czuwania. Nie jest jednak stanem beczynności, lecz zjawiskiem czynnym.

Podczas jego trwania aktywnie działają pewne struktury pnia mózgu, a przemiana materii mózgu nie ulega wydatnemu zmniejszeniu. Sen jest zjawiskiem niejednorodnym. Występują w nim fazy i stadia. Obecnie sen dzieli się na dwie fazy: NREM (non rapid eye movements) oraz REM (rapid eye movements). Podstawą tego podziału jest spostrzeżenie, że podczas snu pojawiają się co pewien czas szybkie ruchy gałek ocznych (faza REM).

Wtedy sen jest wyjątkowo głęboki i występują szczególnie jaskrawe marzenia senne. Faza NREM nazywana jest inaczej snem wolnym, wolnofalowym, spokojnym; natomiast REM - snem szybkim, szybko-falowym, paradoksalnym. W zależności od obrazu EEG w fazie NREM, wyróżnia się cztery stadia (począwszy od drzemania do snu głębokiego).

Następstwo faz i stadiów zachodzi wg. określonej kolejności. Po zaśnięciu kolejno pojawiają się stadia fazy NREM, tj. 1, 2, 3 i 4. Po stadium 4 powraca stadium 3 i 2. Co pewien czas po stadium 2 występuje faza REM, która trwa około 15-20 minut. W ten sposób w przebiegu snu można wyróżnić cykle złożone z fazy NREM i REM trwające od 90 do 100 minut. Zwykle sen człowieka składa się z 4-6 takich cykli. Struktura snu zmienia się wraz z wiekiem.

Termin „sen” określa stan naszego ciała, natomiast to, co potocznie nazywamy „snem”, to marzenia senne - zjawiska występujące w naszej psychice. Pojawiają się w fazie REM, a zewnętrznym objawem ich występowania u śpiącego są ruchy gałek ocznych. W dalszej części artykułu określeń „sny” oraz „marzenia senne” będę używał zamiennie.

Tradycyjne podejście do analizy marzeń sennych polega na próbie przewidywania na ich podstawie przyszłości. W tym celu wyszukujemy w śnie symboli, odnajdujemy je w „Senniku”, zapoznaliśmy się z ich treścią i czekamy, kiedy to wszystko się spełni. Nie mam nic przeciwko takim praktykom, jeśli zdają egzamin. Jednak czy marzenia senne to tylko prorocze wizje, czy może coś innego?

Sposób analizowania snów, o którym chcę napisać, jest wynikiem badań francuskich naukowców. Stworzyli oni wspólnotę terapeutyczną liczącą około 300 osób. Zamieszkali w jednej miejscowości z rodzinami i pacjentami. Przysto-

sowali domy w ten sposób, żeby każdy członek wspólnoty miał łatwy dostęp do pozostałych. Żyli na wzór plemion Irokezów z terenów Ameryki oraz Senoi z Malezji, którzy dzielą się swoimi snami opowiadając je w grupie. Po ośmiu latach tego eksperymentu sformułowali swoją teorię marzeń sennych.

Twierdzą, że sny są przedstawieniem uczuć jak i uczuciem samym w sobie. Zakres uczuć reprezentowany obrazowo we śnie jest tak duży, jak duży jest zakres naszych uczuć w ciągu dnia. Mówiąc krótko, śnimy to, co czujemy. Marzenia senne dostarczają zatem informacji przede wszystkim na nasz temat: jacy jesteśmy, czego pragniemy, co czujemy.

W tym miejscu czytelnikom należy się odpowiedź na pytanie: czy występują sny, które zapowiadają to, co dopiero się wydarzy? Oczywiście tak. Istnieją bowiem tzw. sny życzeniowe, które wyrażają nasze uczucia dotyczące życzeń. Marzenia senne ukazuje natomiast życzenie, jako spełnione w czasie terażniejszym. Francuzi mówią o istnieniu w psychice człowieka dwóch popędów: uczuciowego i poznawczego. Popęd uczuciowy to dążenie do wyrażania uczuć w pełni.

Uczucie wyrażone w pełni to takie, gdy to, czego osoba doświadcza wewnątrz, jest dostosowane w intensywności do tego, co ujawnia na zewnątrz. Popęd poznawczy natomiast to dążenie, które wynika z procesów myślenia. Jednym z nich jest zachowywanie „prugu prywatności”. Nie ujawnianie wszystkiego w obawie przed krytyką innych osób, bądź przewidywanym dyskomfortem z powodu przekroczenia norm.

Brak równowagi między popędem poznawczym a uczuciowym powoduje to, że zachowanie człowieka w ciągu dnia jest symboliczne, np. pyta o coś zamiast powiedzieć, że tego chce. Tak samo funkcjonuje śniący. Jego sny są zagmatwane, niejasne. Marzenia senne to naturalny proces leczący organizm ze stanu braku równowagi w/w popędami. Tak jak organizm ma system obronny służący do zwalczania chorób infekcyjnych, ma zdolność leczenia się ze stanu urazu fizycznego, tak śnienie pełni taką funkcję w ramach centralnego układu nerwowego. Funkcją snów jest dopełnianie uczuć.

Chcąc zrozumieć swój sen postaramy się na początku określić występujące w nim emocje. Nazywanie ich jest nabytą umiejętnością, dlatego niektórym osobom może sprawiać to trudności. Dla ułatwienia podam wykaz kilkunastu uczuć i stanów emocjonalnych, które występują u nas na co dzień: zdumienie, miłość, czułość, tęsknota, pożądanie, nadzieja, dążenie, odwaga, znużenie, fascynacja, gniew, lekceważenie, strach, lęk, niecierpliwość, wstyd, poczucie winy, smutek, liłość, zwątpienie, radość, osamotnienie, bezradność, spokój, poczucie siły itd.

Następnie poszukajmy sytuacji z kilku ostatnich dni poprzedzających sen, w którym odczuwaliśmy podobnie. Pamiętajmy przy tym, że marzenia senne są obrazowym przedstawieniem uczuć. Przedstawienie to może mieć charakter realistyczny, tzn. bezpośrednio odzwierciedlać słowa, spostrzeżenia z życia na jawie, bądź też symboliczny, kiedy w wyniku zaburzenia czy pomieszania składników uczuciowych, wrażeń z dnia zostają zastąpione przez symbole. Dlatego sytuacja z jawy, w której odnajdujemy ślad naszych uczuć ze snu, może znacznie różnić się od

obrazu występującego we śnie. Najważniejsza jest jednak zgodność uczuć. Nasz sen dotyczy tej konkretnej sytuacji; natomiast wszelkie niejasności, pozorne sprzeczności są wynikiem pracy snu. Praca snu to czynności, jakim podlegają nasze uczucia i wrażenia z nimi związane z życia na jawie w danym śnie. Omówię na zakończenie najważniejsze z nich.

Rozpoczynam od „zagęszczenia (ściśnięcia) treści”, których ślad obrazowo przedstawia marzenia senne. Czynność ta polega na tym, że dwa wyobrażenia z dnia mające coś wspólnego (jakiś punkt styczności), zostają zastąpione w treści snu przez jedno wyobrażenie mieszane. W tym co śnimy nie ma bowiem jednego składnika, od którego nie rozchodziły się nici kojarzących wyobrażeń. Dla zilustrowania tej czynności należałoby ułożyć zdjęcia członków rodziny (wykonane w różnych miejscach i sytuacjach), w taki sposób, aby zachodziły na siebie ukazując tylko postacie danej rodziny.

To co widzimy, to rodzinny portret. Mamy jednak świadomość, że od każdego jego elementu (tzn. przedstawionej postaci), można po rozłożeniu zdjęć snuć inną opowieść. Właśnie dlatego pojawiają się w snach m.in. dziwaczne zwierzęta. Kolejną czynnością określa się jako przesunięcie treści w marzeniu sennym. Nie występuje ona w każdym śnie. W wyniku jej pracy napięcie psychiczne zostaje przesunięte z treści snu, do której właściwie należy, na inną nie wymagającą takiego zaangażowania.

Za najważniejsze we śnie uważamy wówczas mylnie to, co jest najlepiej przypomniane. Jawna treść natomiast ogniskuje się gdzie indziej. Im bardziej pogmatwane marzenia senne, tym większy udział w jego powstaniu przesunięcia.

Ostatnim elementem pracy snu, który omówię, jest upogłównienie. Treść marzeń sennych składa się bowiem nie tylko z całych, zamkniętych sytuacji. Zawiera również fragmenty: obrazów wzrokowych, rozmów, urywki nie zmienionych myśli; które wzbudziły w nas różne emocje (często sprzeczne ze sobą). Ponieważ obrazowo przedstawiają nasze uczucia, muszą je tak „uporządkować”, aby powstała jedna całość; „stworzyć plan i tło”. Powstaje zatem „zlepek” różnych treści, które przypominają prace wykonane techniką „collage”.

Obok jednego wątku (tematu) biegnie drugi. Jesteśmy niejednokrotnie zdziwieni ich współwystąpieniem, ponieważ wzajemnie się wykluczają. Pamiętajmy jednak, że logiką snu jest jej brak. Sprzeczności w marzeniu sennym, hamowanie ruchu może być sygnałem istnienia u śniącego wewnętrznych konfliktów. Marzenia senne dostarczają jednak informacji przede wszystkim na nasz temat. To czego nie uświadamiamy sobie za dnia, pojawia się w jakiś sposób w nocy.

Rodzaj przeżywanego uczuć, sposób naszego działania (aktywność, bierność), rodzaj naszych kontaktów z innymi osobami to tylko kilka ze sfer naszego życia, o których może nam „coś powiedzieć” sen. Dane dostarczane przez sen mogą różnić się od naszych sądów i opinii. Które z nich bardziej oddają rzeczywistość? Pomimo wszystko myślę, że warto siebie poznawać. Chciałoby po to, aby sprawniej funkcjonować i wygodniej żyć. A póki co, dobranoc.

Zdzisław Ząbek



## Lekarz radzi

W tym numerze Gazety chciałam przedstawić kolejny temat z cyklu obejmującego częste zakażenia pasożytnicze przewodu pokarmowego, a mianowicie problem tasiemczycy. Odsunemy jednak to zagadnienie na przyszłość, a dzisiaj rozważmy temat zaproponowany przez Państwa - cholesterol i jego negatywny wpływ na zdrowie.

Cały świat od dawna uczy się zdrowo żyć i odżywiać się. My dopiero rozpoczynamy edukację w tej dziedzinie. W kuchni polskiej dominują fatalne nawyki żywieniowe. Jemy za dużo, zbyt tłusto, za słodko i nieregularnie. Jeżeli dodać do tego nieracjonalny tryb życia i masę wypalanych papierosów, to mamy idealną podstawę do rozwoju choroby wieńcowej, zawału serca, a także wielu innych schorzeń.

Przez wiele lat nauka o żywieniu była traktowana po macoszemu, ale wiadomo już, że epidemie chorób cywilizacyjnych, a w szczególności miażdżycy pozostają w ścisłym związku z wadliwym żywieniem w społeczeństwach wysoko uprzemysłowionych. Rozwój przemysłu spożywczego przyniósł wraz z obfitością pożywienia zjawisko przekarmienia, które było nieznanym pierwotnemu człowiekowi. Z lakomstwa lub z przyzwyczajenia spożywamy nadmiar żywności, zwłaszcza bogatej w tłuszcze zwierzęce i cholesterol, który jest tzw. czynnikiem ryzyka choroby wieńcowej i zawału serca.

Liczne dane statystyczne potwierdzają ścisły związek pomiędzy wzrostem spożycia mięsa i tłuszczów pochodzenia zwierzęcego, a zwiększoną zachorowalnością na choroby serca i układu krążenia. Obecnie tempo wzrostu zgonów na zawały w naszym kraju należy do najwyższych na świecie. Choroby krążenia dziesiątkują nasze społeczeństwo i są przyczyną ponad połowy zgonów. W Polsce rocznie zawałem ulega przeszło 100 tys. osób, a około 5 mln cierpi na różne

choroby układu krążenia.

Ta powszechność występowania chorób serca jest związana z wysokim natężeniem czynników ryzyka, z których najważniejsze to stres, obfite, tłuste jedzenie zawierające dużo cholesterolu, nadwaga, papierosy i alkohol. Głównymi czynnikami ryzyka chorób układu krążenia jest cholesterol. Organizm ludzki produkuje cholesterol w 70%, a resztę przyjmujemy z pokarmem np. jedząc jajka lub masło. Cholesterol jest organicznie związanym z białkami i jest niezbędny do zbudowania błon komórek, a także do produkcji hormonów i kwasów żółciowych. Jeśli jednak jedzenie obfituje w jego nadmiar, odkłada się on w ściankach tętnic doprowadzając do zwężenia światła naczyń, a tym samym upośledza krążenie krwi.

W ten sposób dochodzi do rozwoju miażdżycy tętnic, a stać do zawału serca lub udaru mózgu już tylko krok. Częste występowanie chorób serca w rodzinie, dieta o dużej zawartości tłuszczu zwierzęcego i cholesterolu, palenie papierosów, mała aktywność fizyczna i nadciśnienie tworzą podłoże dla rozwoju miażdżycy. Spożywając tłuszcze zwierzęce i niektóre roślinne nasilamy syntezę cholesterolu w naszej wątrobie, a w efekcie podnosi się jego stężenie we krwi. Wysoki poziom cholesterolu nie boli, a często pierwszym objawem choroby bywa dopiero zawał serca. Po wieloletnich badaniach zebrano dowody na to, że cholesterol nie jest ubocznym lecz głównym sprawcą śmierci na skutek zawału. Poziom cholesterolu we krwi nie powinien przekraczać 200mg/200ml.

Taki wskaźnik uważa się w świecie medycyny za zdrowy. Poziom 200-230 oznacza granicę podwyższonego ryzyka, a powyżej 240 konieczna jest wizyta u lekarza, który zaleci odpowiednią dietę i leki. Nasze laboratorium w Polkowicach oznacza poziom cholesterolu w milimolach/litr. Są to jednostki, na które przechodzą prawie wszystkie laboratoria na świecie. Prawidłowy poziom cholesterolu wg. tych jednostek mieści się w granicach 3,9-6,5 mmol/l. Niestety, w Polsce ponad 50% mężczyzn w wieku 40-60 lat przekracza te dopuszczalne normy. Kobiety są w nieco lepszej sytuacji.

Ich gospodarka hormonalna chroni je przed nadmiarem cholesterolu. Gdy jednak wejdą w okres przekwitania, mają takie same problemy jak mężczyźni. Niezwykle dynamiczne tempo wzrostu zawałów w Polsce spowodowało opracowanie przez Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej oraz Instytut Żywności i Żywienia programu profilaktyki cholesterolowej. Polega ona na szerokim propagowaniu wiedzy na temat cholesterolu i zdrowej żywności poprzez broszury, poradniki kulinarne, audycje radiowe i telewizyjne.

Instytut zabiega o dostępność na rynku produktów spożywczych, które ułatwiają ludności stosowanie profilaktyki. Problem dotyczy w szczególności przemysłu mleczarskiego, tłuszczowego i mięsnego. Instytut pełni ponadto rolę koordynatora w zakresie opiniowania leków obniżających poziom cholesterolu.

Okresowa kontrola poziomu cholesterolu we krwi jest koniecznością. Obniżenie jego poziomu o 1% powoduje zmniejszenie ryzyka zawału o 2%. Rozsądek więc nakazuje zmienić styl żywienia tak, by nie przekroczyć dziennie 300 mg cholesterolu. Występuje on obficie w podrobach, wątrobie, nerkach, mózgu, żółtku, jajach, sardynkach. Dla przykadu w 10 dag wątroby styl żywienia tak, by nie przekroczyć dziennie 300 mg cholesterolu, a jak już wcześniej wspominałam górna dzienna granica to 300 mg.

Dlatego też nie jedzmy tych produktów zbyt często, szczególnie niekorzystne są tłuszcze nasycone. Występują w dużych ilościach w tłustym mięsie, wędlinach, skórze drobiu, słoninie, smalcu, pełnym mleku i śmietanie. Korzystnie obniżają cholesterol natomiast oleje słonecznikowe, sojowe, rzepakowe, margaryna „Słoneczna” i „Vita”. Produktem roślinnym obniżającym cholesterol jest również błonnik roślinny. Wskazane byłoby unikanie kawy, alkoholu, spożywanie natomiast większej ilości warzyw i owoców. Chcąc ustrzec się miażdżycy, zawału, udaru mózgu musimy pomóc sami sobie, bo nie ma wątpliwości, że najlepsze rezultaty w obniżaniu poziomu cholesterolu, a tym samym odsuwaniu widma szeregu chorób układu krążenia daje właśnie racjonalna dieta.

LeK.G.Kwiatkowska



## FUNDACJA "NA RATUNEK DZIECIOM Z CHOROBAJĄ NOWOTWOROWĄ"

Nowotwory stanowią w naszym kraju drugą w kolejności przyczynę zgonów u dzieci. A 50% wszystkich dzieci z chorobą nowotworową można obecnie wyleczyć stosując wszystkie metody, którymi dysponuje nowoczesna medycyna. Co drugie dziecko więc ma szansę powrotu do pełnego zdrowia, możliwość kształcenia się, a w przyszłości wykonywania pracy zawodowej. Może też założyć rodzinę i być pełnowartościowym członkiem społeczeństwa.

Nowoczesne leczenie nowotworów z wykorzystaniem wszystkich osiągnięć nowoczesnej wiedzy lekarskiej jest bardzo kosztowne i budżet naszego państwa nie jest w stanie sfinansować oferowanych przez współczesną medycynę metod leczenia. Z tego powodu zrodziła się inicjatywa powołania Fundacji „Na ratunek dzieciom z chorobą nowotworową”. Inicjatorem powołania Fundacji jest Koło Towarzystwa Przyjaciół Dzieci działające przy Klinice Hematologii i Chorób Rozrostowych Dzieci, które skupia 200 rodzin byłych i obecnych pacjentów onkologicznych.

Celem Fundacji jest zapewnienie naszym dzieciom wszystkich nowoczesnych metod leczenia. Pierwszym celem szczegółowym Fundacji jest zorganizowanie, wyposażenie Oddziału Przeszczepów Szpiku. Przeszczep szpiku jest w wielu sytuacjach jedyną lub ostatnią szansą ratunku dla naszych dzieci. Zamierzamy też wprowadzić w naszym kraju inne metody leczenia nowotworów niedostępne z powodu ich wysokich kosztów.

Pragniemy wzbogacić diagnostykę nowotworów i możliwości kontrolowanego leczenia przez pozyskanie aparatury opartej na najnowszych technikach. Chcielibyśmy sfinansować regularny dopływ informacji naukowej konieczny do utrzymywania wysokiego standardu kształcenia fachowego personelu.

Jednym z głównych zadań Fundacji jest również zapewnienie niezbędnej, rzeczowej i organizacyjnej pomocy pacjentom, ich rodzinom w okresie leczenia oraz po jego zakończeniu, w czasie trudnego procesu fizycznej a także społecznej rehabilitacji. Zamierzamy także przeznaczyć część środków na pogłębienie wiedzy społeczeństwa o chorobach nowotworowych u dzieci.

Przed dwoma laty powstał we Wrocławiu nowoczesny ośrodek leczenia nowotworów dziecięcych Klinika Hematologii i Chorób Rozrostowych Dzieci Akademii Medycznej usytuowany przy ulicy Bujwida 44. Klinika stanowi Regionalne Centrum Onkologii Dziecięcej dla wszystkich dzieci Dolnego Śląska i znacznej części Ziemi Opolskiej.

Nowa siedziba Kliniki powstała w okresie ciężkiego kryzysu ekonomicznego dzięki ogromnemu zaangażowaniu ludzi i instytucji naszego środowiska. Gorąco zapraszamy do działalności w Fundacji, której statut zapewnia fundatorom wpływ na wszystkie kierunki jej działalności poprzez udział w Radzie Fundacji. Mamy nadzieję, że dzięki wysiłkowi wielu ludzi dobrej woli, będziemy mogli pomóc dzieciom chorym na nowotwory.

Fundacja „Na ratunek dzieciom z chorobą nowotworową”

ul.Świdnicka 53

50-030 Wrocław

Konto bankowe: PKP IV O/Wrocław 93549-131124-132-3



## Jest taki gabinet

Znamą w Polkowicach kosmetyczkę odwiedziłam w miejscu pracy. Doskonała znajomość fachu, podzielność uwagi, umożliwiły przy wykonywaniu zabiegów kosmetycznych prowadzenie równoczesnej rozmowy.

W jakim wieku pacjentki odwiedzają Pani gabinet?

Najczęściej przychodzą panie młode do 30 lat, oraz młodzież z trądzikiem młodzieńczym. Zastanawiające jest dlaczego godzimy się na to, aby mieć twarz zmęczoną, zaniedbaną, szarą. Ładnej cery nie zastąpi najładniejsza bluzka czy fryzura.

O jakiego rodzaju zabiegi proszą klientki?

Zabiegi uzależniam od wieku i rodzaju skóry. U młodzieży z trądzikiem wykonuję oczyszczenie skóry, przy cerze zwiotczalnej ordynuję intensywną kurację a więc bioliftina lub termoliftina, zabiegi jonizujące zieleń odżywczych i inne. Przy cerze suchej masaż, maseczki odżywcze, nawilżanie. Przy tustej masaż, solarium.

Dla każdej klientki staram się dobrać indywidualną kurację, nie ma bowiem jednakowych cer suchych czy tłustych, stosowane przeze mnie kremy najlepszych firm światowych - Astor, Iwroche i inne są dobierane indywidualnie, aby nie spowodowały uczulenia na skórę, są to kremy regenerujące i aktywizujące skórę.

Proszę nam zdradzić, co powinna kobieta robić, by ciągle mieć radosny, ujmujący wyraz twarzy. Jakich kremów powinnyśmy używać, by mieć tak piękną cerę?

Przede wszystkim lubię ludzi. Każdą klientkę traktuję jak swoją dobrą znajomą i tak staram się postępować, jakbym pielęgnowała własną twarz. Cieszę się, jeżeli wywołam uśmiech na twarzy zmęczonej, zrezygnowanej. Wiemy jak to jest, gdy sprawimy sobie coś nowego. Idąc ulicą jesteśmy wtedy uradowane, emanuje od nas radość życia. Nie ukrywam, że mając suchą skórę, muszę ją odpowiednio pielęgnować. Gdybym tego nie robiła, miałabym już w moim wieku skórę pomarszczoną. Używam kosmetyków niezbyt intensywnych, starając się stopniowo odżywić skórę maseczkami kosmetycznymi. Jeżeli młoda kobieta będzie używać kremów dla 50-latek, to spowoduje, że skóra rozleniwi się i przestanie pracować. Będziemy wtedy zmu-

szone sztucznie ją odżywiać. Kremy należy więc używać stosownie do wieku. Pamiętać również trzeba, iż buzia ma być o 2 tony jaśniejsza od reszty ciała. Ciemna skóra przecież postarza.

Jeżeli jednak przedawkowałyśmy opalanie i pokazały się na twarzy naczynia krwionośne?

Ukazały się już u nas kremy leczące popękaną naczynia krwionośne.

Można je kupić w sklepach. Polecam sklep z kosmetykami na lubińskim Rynku, doskonale zaopatrzony we wszystkie nowości.

Powinnyśmy także wiedzieć, że trzy klientki o suchej cerze mogą używać zupełnie innych kremów, gdyż każda z nich może być uczulona na inny składnik kremu: collagen, colastynę, rumianek i inne. Marzy mi się mały sklepik przy gabinecie, w którym mogłabym sprzedawać kosmetyki, udzielając równocześnie instruktażu. Należę do Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Kosmetyczek i mogłabym sprowadzać wszelkie nowości sprawdzone w świecie.

Z doświadczeń pani Krystyny skorzystamy jeszcze, umieszczając w najbliższym numerze porady o pielęgnacji twarzy.

Rozmawiała:

Anna Chmielecka-Budzan

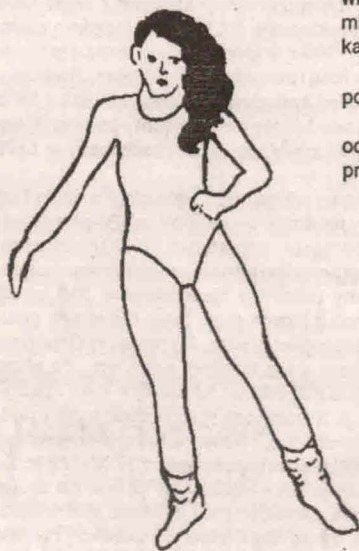
## Chwila dla siebie

Wakacje się skończyły, jesteśmy lepiej dotlenieni i trochę już jakby rozruszani. Może warto nie tracić tego pierwszego rozpędu i kontynuować, kultywując zarazem przyjemność aktywnego relaksu. Niedzowny jest częsty spacer na świeżym powietrzu, najlepiej tam, gdzie jest ono najmniej zanieczyszczone (w parku lub lesie).

Nie powinien to być spacer wolnym krokiem, lecz ze zmiennym tempem: marsz, trucht, bieg. Zaprosimy rodzinę do wspólnej gimnastyki, która może być doskonałą zabawą. Zatrzymując się na polanie proponuję ćwiczenia zapewniające równowagę sił i znacznie ograniczające ryzyko kontuzji czy zwichnięcia. Każda para proponowanych ćwiczeń uaktywnia dwie przeciwne grupy mięśniowe, kiedy jedna z nich pracuje, druga w tym czasie odpoczywa. Liczba powtórzeń uzależniona jest od stopnia zaawansowania i kondycji organizmu.

Stojąc na całych stopach rozstawionych na szerokość bioder z kolanami rozluźnionymi, plecami prostymi, rękami opartymi:

- a - powoli wspiąć się na palce i powrócić do pozycji wyjściowej,
- b - wspiąć się na palce, po czym odwrócić stopy do wewnątrz, a następnie na zewnątrz.



Stojąc ze stopami równolegle rozstawionymi na szerokość bioder, z kolanami rozluźnionymi, plecami prostymi należy podnieść nogę i powoli skrzyżować ją z drugą. Przenieść w bok, powtórzyć. Zmienić nogi.



ACHB

## Poradnik Konsumenta

Nakładem Federacji Konsumentów ukazał się obszerny „Przewodnik świadomego konsumenta po bezdrożach naszego rynku”. Autorka, dziennikarka zajmująca się od dawna sprawami ekologii i ochrony środowiska - Agnieszka Olećdzka zawarła w nim między innymi spis wszystkich dodatków stosowanych w produkcji żywności, a oznaczonych najczęściej symbolem E z odpowiednim numerem. Okazuje się, że nie każde E jest groźne. Wiele jest więc pożądane. I tak nie powinniśmy obawiać się, gdy na przykład na mleku w proszku zauważymy symbole E-300, E-322 albo na lodach E-270, 322, 330, 355, 401, 407, 412, 415, 440, 466, 471.

Natomiast powinniśmy bezwzględnie wystrzegać się produktów żywnościowych, na których zauważymy następujące oznaczenia: E-122, E-123, E-127, E-131, E-171, E-230, E-239, E-321.

## Śmieci, rzecz nieprzyjemna...

Pewnego wrześniowego dnia zmuszony byłem przez pewną Kobietę do zrobienia porządków w swoim domowym grajdołku. Aby zwolnić trochę miejsca na nowe skarby, z wielkim żalem musiałem rozstać się z kilkoma starymi szkolnymi podręcznikami. Przywiązanie moje do nich było wielkie, toteż z trwogą myślałem jakież towarzystwo będą miały w kontenerze z napisem „makulatura” I..., och Panie Guines, gdybyś Pan był na miejscu z miarą krawiecką i zmierzył szerokość mojego uśmiechu!?

W kontenerze nie było ogryzków i ich kuzułów ale sam papier. Ten widok był przecudowny. Przy ogólnopolskim zarządzeniu, że przy naszej

rozrzutności i niegospodarności nigdy do ów Upragnionej nie dotrzemy, ja znalazłem dowód, iż nie jest tak źle.

• Tak proszę Państwa - śmieci, rzecz nieprzyjemna i im mniej ich na wysypiskach tym lepiej. Dzieląc je na te, z których da się coś zrobić i na te, które muszą niestety „iść” do ziemi chronimy naturalne środowisko i oszczędzamy troszeczkę pieniędzy. Niby te ostatnie nie nasze, ale co nam zależy.

Umiejętne postępowanie z odpadkami zbliża nas bardziej do Europy niż TV sat, proszek VIZIR, czy szybkie BMW.

Oszczędności i ochrona środowiska, to nie moda końca XX wieku, to konieczność.

Serdeczne podziękowania dla Polkowiczanki  
Polkowiczanki

## Z plecakiem poza domem



### Rowerem do wschodnich granic naszego województwa

Dzisiaj proponuję trasę dla bardziej wytrwałych rowerzystów. Jest to całodzienna wycieczka, gdyż do pokonania jest około 90 km. Trasa obfituje w liczne zabytki architektury i przyrody, jest ciekawa krajobrazowo. Wyjeżdżamy z Polkowic ul. Dąbrowskiego w kierunku szczybów ZG „Rudna”. Wkrótce mijamy je i dojeżdżamy do drogi Rudna-Sobin. Skręcamy w lewo i jedziemy pośród lasu około 3 km. Dojeżdżamy do wzgórza, z którego ukazują nam się z lewej strony „Rudna Północna”, a na wprost widoczny na horyzoncie staw osadowy Żelazny Most. Zjeżdżamy do widocznego Tarnówka (6 km). Przed nami zabudowania PGR-u, wśród których znajduje się pałac z początku XX wieku.

Skręcamy w prawo. Po krótkim czasie Dąbrowa - wieś otoczona lasem. Za wsią droga wiedzie pod górę przez las ok. 1,5 km do kolejnej wsi Pieszkowice. Jedziemy przez nią ciągle pod górę, aż do jej granic. Po prawej stronie R-7. Teraz mamy zjazd. Osiągamy skraj lasu, a po chwili skręcamy na wschód. Nad lasem widać szczyb ZG „Lubin”. Krótko lasem, za nim pierwsze zabudowania Żelaznego Mostu. Na luzie dojeżdżamy do baru usytuowanego przy zakręcie drogi. Tu warto zjechać na prawo, by po 200 m dojechać do popadającego w ruinę dworu barokowego z XVIII wieku, za którym zaniedbany ładny park krajobrazowy.

We wsi jest jeszcze inny zabytek - kościół o konstrukcji ryglowej z 1670 roku. Za Żelaznym Mostem jedziemy 500 m i ponowne zabudowania, są to Rynarcice Małe, za którymi mamy 400 m podjazd na wzgórze, skąd są ładne widoki. Ukazują się zabudowania Rynarcic (pałac). Zjeżdżamy do Rynarcic. Droga Lubin - Rudna skręcamy w prawo. Po chwili warto skręcić ponownie w prawo na drogę, która doprowadza po 150 m do zabudowań PGR, gdzie znajduje się pałac z połowy XIX wieku, a za nim pozostałości po parku.

Powracamy na trasę. Na kolejnym skrzyżowaniu w lewo, a po chwili aleją klonową dojeżdżamy do przejazdu kolejowego Legnica - Zielona Góra, obok stacja PKP Rynarcice (19 km). Za przejazdem prosto pośród pól, następnie krótko lasem i kolejna miejscowość Juszowice, za którą 400 m jesteśmy przy drodze Lubin - Rudna. Tu w lewo. Na pierwszym wzniesieniu mijamy po lewej stronie dąb, a wkrótce ukazują nam się duża skarpa - obwałowania stawu osadowego Żelazny Most. Wkrótce przejazd kolejowy, za którym 600 m i jesteśmy w Rudnej. Dojeżdżamy do rynku (26 km). W Rudnej poza gotyckim kościołem z 1519 roku brak jest obiektów przedsta-

wiających większą wartość architektoniczną, albowiem Rudna poniosła duże straty podczas działań frontowych w styczniu 1945 roku.

Z rynku powracamy tą samą drogą. Za cmentarzem koło stacji CPN skręcamy w lewo na drogę obsadzoną lipami. Dojeżdżamy do stacji PKP, tu skręcamy na prawo w wąską uliczkę, którą wyjeżdżamy na wiadukt. Po przejechaniu 2 km jesteśmy w Starej Rudnej. Na wzgórzu kościelnym istniała bardzo stara osada słowiańska, obecnie znajdują się tu pozostałości kościoła z około 1600 roku, uszkodzonego w 1945 r. W niedalekiej odległości, przy drodze znajduje się pałac wzniesiony w XVI/XVII wieku. Uszkodzony w czasie ostatniej wojny popada w ruinę. Posiada wspaniałe zwieńczenie herbem w tympanonie portalu wejścia. Na wschód od obiektu rozległy park dworski z cennymi drzewami (zaniedbany). Od pałacu jedziemy w kierunku wschodnim mając po prawej park. Po krótkim czasie pośród lasu mijamy po prawej dąb pomnikowy.

Wkrótce wjeżdżamy do wsi Wądroże, gdzie przy przystanku PKS skręcamy w lewo na drogę do Kliszowa, z której ze wzgórza ciekawe widoki. Jedziemy lasem 2 km i dojeżdżamy do wsi Kliszów. Tu na krzyżówce skręcamy w lewo i po 400 m mijamy wieś i drogę pośród pól do widocznej wsi Olszany. Po prawej widoczny kościół gotycki, w którym w zworniku nad prezbiterium znajduje się orzeł piastowski. W centrum wsi, na skrzyżowaniu w lewo i po chwili pozostawiamy wieś. Po niedługiej jeździe kolejna wieś - Górzyn (38 km). Znajdują się tu ruiny gotyckiego kościoła z XIV wieku, a obok otoczony zabudowaniami gospodarczymi pałac neoklasycystyczny. Za Górzynem drogą wiedzie pośród pól do wsi Naroczyce, gdzie w centrum przy skrzyżowaniu znajduje się opuszczony pałac datowany na 1688 rok, za którym ciekawy park. Obok pałacu okazała bryła spichlerza barokowego. Skręcamy w lewo, mijamy leśniczówkę, za którą krótko pod górę przez las. Teraz mamy zjazd do widocznej Chobieni.

Mijamy remizę i wjeżdżamy w ulicę Odrzańską, następnie w ulicę Partyzantów, którą krótko i osiągamy rynek w Chobieni (45 km). W Chobieni mamy do zwiedzenia:

- 1 Zamek - pałac, obecna bryła o proporcjach renesansowych z XVI wieku. Obok zaniedbany park.
- 2 Kościół parafialny z 1512 roku.
- 3 Ruiny kościoła romańskiego z XII wieku.
- 4 Zachowane grodzisko obronne, 1,5 km od rynku.

Z rynku udajemy się uliczką w dół, by doje-

chać po chwili do rzeki Odry. Tu znajduje się czynny prom przewożący ładny widok na rzekę i jej zakola. Od promu jedziemy drogą prosto do skrzyżowania, tu w prawo w kierunku Rudnej. Z drogi mamy rozległe widoki na dolinę Odry. Po 3 km miejscowość Nieszczyce (przy przystanku PKS można skręcić w lewo, by dojechać do pałacu z XIX/XX wieku).

Jedziemy pośród pól i łąk do wsi Brodowice, gdzie skręcamy w prawo do odległej o 3 km wsi Chełm. Tu przy przystanku PKS pomnik ku czci pomordowanych ofiar faszyzmu. Skręcamy w lewo i po kolejnych 3 km osiągamy Orsk (60 km). Na skrzyżowaniu w lewo i po 200 m skręcamy do PGR-u, gdzie znajduje się

pałac klasycystyczny z XIX wieku popadający w ruinę. Od zachodu do pałacu przylega duży park krajobrazowy ze znaczną liczbą drzew pomnikowych: dębów i buków. Przejeżdżamy na drugi koniec gospodarstwa, gdzie wjeżdżamy na drogę. Po prawej mijamy pobrażę parku z widocznymi dwoma pomnikowymi dębami.

Po przejechaniu około 1 km z lewej ukazuje nam się huta miedzi „Cedynia”. Następnie skrzyżowanie, jedziemy prosto terenem odkrytym. Po krótkim czasie miejscowość Studzianki. Wkrótce kolejna - Gawrony, za którą wjeżdżamy w las i mamy teraz lekki zjazd. Po wyjechaniu z lasu przejeżdżamy nad rzeczką Rudna i jesteśmy w Gwizdanowie. Mijamy po prawej stację Rudna Gwizdanów. Podjeżdżamy na wiadukt, skręcamy w prawo, krótki zjazd i mamy dość uciążliwy podjazd na wzgórze. Teraz zjeżdżamy i przed Rudną skręcamy w prawo, a po 400 m na krzyżówce znów w prawo (71 km). Długi, ale łagodny podjazd na wzgórze, z którego mamy także długi zjazd do wsi Krzydłowice. Przy drodze na terenie Zakładu Rolnego znajduje się dwór z około 1600 roku, przebudowany 1722-1723. Pomimo zniszczenia w 1945 r. widoczne są cechy barokowe. Otoczony fosą i zaniedbanym parkiem. Zachowały się również zabudowania gospodarcze z XVIII wieku. Przejeżdżając wieś mijamy po prawej kościół gotycki z XIV wieku przebudowany w 1772 r.

Jedziemy w kierunku Grębocic. Po około 1 km skręcamy na drogę do Grodowca. Po przejechaniu 2 km osiągamy przystanek PKS Grodziszczce, gdzie po przeciwnej stronie pośród drzew znajdują się ruiny pałacyku rycerskiego z XVI wieku otoczonego z trzech stron fosą. Od strony południowej zaniedbany park. Po minięciu Grodziszczca jedziemy dalej terenem odkrytym. Po około 2 km kolejna krzyżówka, na której w lewo i zaczynamy długi, a w końcowej fazie dość trudny podjazd do Grodowca (81 km). Po lewej mamy wzniesienie z kościołem barokowym z 1702-1724 r. Za budynkiem nr 11 skręcamy w prawo na drogę polną, którą zjeżdżamy do Żukowa, gdzie wjeżdżamy na drogę Grębocice - Polkowice, i znaną nam już trasą opisaną w poprzednim cyklu docieramy do Polkowic (88 km).

Z turystycznym pozdrowieniem

Stanisław

## Kolarstwo

Podopieczni trenera Zenona Woźniaka bez chwili wytchnienia ścigają się na trasach krajowych jak i zagranicznych. Oto kilka ważniejszych wyścigów rozegranych przez cyklistów Górnika:

14-16.08 Międzynarodowy Wyścig Wieloetapowy (Austria). Startowało 12 ekip z 10 krajów oraz Górnik w składzie: B.Makuchowski, R.Krajewski, P.Kaczmarek i M.Kosiński. I etap (czasówka 21 km) 14 miejsce M.Kosiński i 17 R.Krajewski. II etap (170 km) 9 miejsce B.Makuchowski, 21 R.Krajewski. Punktacja końcowa: 10 miejsce M.Kosiński i 11 R.Krajewski.

21-23.08 Wieluń. Ogólnopolski Wyścig po Ziemi Łódzkiej. I etap - 8 miejsce P.Czopek, 11 M.Kosiński. II etap (czasówka) - 11 miejsce P.Czopek. Punktacja końcowa - 5 miejsce P.Czopek, 14 R.Krajewski, 16 M.Kosiński i 21 P.Kaczmarek.

29.08-06.09. Wyścig Dookoła Polski. II etap - 9 miejsce B.Makuchowski, 12 R.Krajewski. III etap - 6 miejsce R.Makuchowski. IV etap - 6 B.Makuchowski, V etap 9 miejsce M.Kosiński, VI etap - 3 miejsce B.Makuchowski, 10 P.Kaczmarek, 12 M.Kosiński.

Punktacja ogólna - 28 B.Makuchowski.

12.09 Indywidualne Górskie Mistrzostwa Polski Seniorów i Orlików (Walbrzych). Wyścig seniorów i orlików rozgrywany jest równocześnie z późniejszym podziałem kategorii na mecje. B.Makuchowski uplasował się na bardzo dobrym 7 miejscu w seniorach, o trzy lokaty gorszy był R.Krajewski, który okazał się najlepszym z orlików zdobywając tym samym mistrzostwo Polski w tej kategorii. Serdecznie gratulujemy jemu, trenerowi Woźniakowi, oraz całej drużynie za wspaniałą postawę w tym wyścigu.

S.Słowiński

## IX Ogólnopolski Bieg o Lampkę Górnica miasta Polkowice przeszedł już do historii

13 września już od godzin rannych zaczęły się gromadzić grupy dzieci i strasznych zawodników. Łączył ich wspólny cel - udział w biegu.

O godz. 9<sup>45</sup> przy dźwiękach muzyki i łopoczących flagach TKKF-u - organizatora imprezy - na starcie ustawili się najmłodszy uczestnicy biegu - dziewczęta i chłopcy w kat. do 10 lat. Jeszcze wskazówki i uwagi rodziców oraz opiekunów - nauczycieli w-f i punktualnie o godz. 10<sup>00</sup> sędzia główny - E.Biegun daje sygnał do startu. Ruszyła bardzo liczna 120-osobowa grupa młodych biegaczy.

Bieg dzieci pilotował w reprezentacyjnym stroju młodzieżowy Mistrz Polski na 1500 m - Sławomir Marszałek.

A oto zwycięzcy emocjonującego biegu: I. miejsce Karolina Roszak, II. Kamila Karmelita, III. Roksana Nowakowska, w grupie chłopców: I. m. Tomasz Kościelny, II. Łukasz Kościelny, III. Waldemar Kończak.

Wszystcy uczestnicy biegu otrzymali dyplomy i słodycze.

Po najmłodszych wystartowali 12-stolatki, również liczną 90-osobową grupą. Wśród dziewcząt zwycięstwo odniosły: I. miejsce Marzena Krajewska, II. Ewelina Ostrowska, III. Patrycja Korsak. Spośród chłopców: pierwszy był Łukasz Chyb, II. Daniel Konieczny III. Daniel Matusiak i Mirosław Szapował.

W kategorii dzieci do lat 15 zwyciężyli: I. miejsce Agnieszka Zarzycka, II. Izabela Urban, III.

Barbara Januszkiewicz, a chłopcy: I. Gracjan Rapacki, II. Rafał Żarnowski, III. Sławomir Szczepaniak.

Zwycięzcom gratulujemy.

Po zakończeniu biegów dziecięcych o godz. 11<sup>00</sup> rozpoczął się bieg główny. Wystartowało 56 zawodników z zamiarem pokonania 20 km trasy.

Faworytem tego biegu był dwukrotny mistrz Polski w maratonie - Tadeusz Ławicki i były członek kadry Wojciech Więckowski z Płocka. Kończówka biegu zdecydowanie należała do Tadeusza Ławickiego, który ze znakomitym czasem (1,01,42) odniósł zwycięstwo w kategorii generalnej bijąc rekord trasy. 20 sekund za nim zameldował się na mecie Wojciech Więckowski (1,02,08), trzecie miejsce wywalczył Norbert Smuda ze Śląska Wrocław wynikiem 1,03,30. W kategorii kobiet I. miejsce uzyskała Teresa Cwikła - Moszczyńska z czasem 1,37,39; II. Daria Berezowska - 1,50,00; III. Dorota Kowalczyk - 1,52,00.

W kategorii mężczyzn 16-29 lat I miejsce zdobył Norbert Smuda (1,03,30), II. Tadeusz Kajder (1,04,05), III. Jarosław Janicki (1,06,07).

W kategorii 30-39 lat I. Tadeusz Ławicki (1,01,42), II. Wojciech Więckowski (1,02,08), III. Zenon Sznajder (1,07,57).

W kategorii 40-49 lat pierwszy był Mieczysław Bobiński (1,08,38 z TKKF „Start”, II. Leszek Ko-

## Tenis stołowy

W I Wojewódzkim Turnieju Kwalifikacyjnym Seniorów tenisiści stołowi Górnika rozpoczęli rozgrywki nowego sezonu w tejże dyscyplinie sportu. W zawodach, które odbyły się na hali Lubirskiego Zagłębia w minioną sobotę uczestniczyło ok. 20 pingpongistów z całego województwa. W finale K.Wiszowaty zwyciężył R.Żurka (obaj Zagłębie), trzeci był L.Goliński z Górnika. Miejsce piąte i szóste zajęli także zawodnicy Górnika S. i G.Słowiński.

Cała szóstka uzyskała awans do turnieju strefowego, który odbędzie się 19 bm. we Wrocławiu.

(S)

*Sekcja koszykówki ogłasza zapisy do szkoły koszykówki dziewcząt z klas I-IV. Wszystkich chętnych zapraszamy codziennie o godzinie 18<sup>00</sup> do sali SP 3.*

*Sekcja tenisa stołowego ogłasza zapisy chłopców z klas I-IV do szkoły. Wszystkich chętnych zapraszamy codziennie godz. 18<sup>00</sup> do sali SP nr 3*



łodziejczyk (1,11,40) również z polkowickiego TKKF i III. Włodzimierz Rapacki (1,13,39).

W kategorii 50-59 lat zwycięstwo wywalczył Karol Chwastyk (1,20,42), drugi był Michał Kujawiakowski z TKKF (1,21,48), trzeci Leon Garbaciak także z TKKF (1,22,36).

W kategorii powyżej 60 lat wystartował jeden zawodnik 72 letni Edward Kusik. Najstarszy zawodnik biegu uzyskał czas 1,51,12.

Na mecie czekał na zawodników ciepły posiłek przygotowany przez restaurację „Diagonała”. Zdobycy trzech pierwszych miejsc we wszystkich kategoriach biegu głównego otrzymali cenne nagrody.

Dodatkową atrakcją biegu były pokazy karate.

Całą imprezę bardzo sprawnie przygotowali działacze polkowickiego ogniska TKKF „Start”, którym należą się wyrazy uznania i podziękowania. Podziękowania należą się również polkowickiej Straży Miejskiej, która czuwała nad bezpieczeństwem całej imprezy oraz pilotowała bieg i zabezpieczała trasę.

Czesław Witkowski

## Poza prawem

◆ 01.07.1992 r. Komisariat Policji w Polkowicach został powiadomiony o kradzieży 78 m. kabla wartości 1,560 tys. zł miedzianego w miejscowości Sobin.

◆ 01.07.1992 r. pracownicy Wydziału Komunikacji Urzędu Gminy w Polkowicach ujawnili sfałszowany dowód rejestracyjny samochodu osobowego. Pojazd wraz z dowodem rejestracyjnym i tablicami za-

bezpieczono do dalszego postępowania.

◆ 02.07.1992 r. Doszło do wypadku drogowego na drodze przyzakładowej, w wyniku którego uszkodzeniu uległy samochody marki "kamaz" oraz "star".Dwoje pasażerów samochodu marki "Star" dowiezionych zostało do szpitala, a samochody zostały uszkodzone na sumę ok. 15 mln. zł.

◆ 02.07.1992 r. na terenie ogródków działkowych „Barbarka” n/n sprawca dokonał kradzieży rowe-

ru wartości 500 tys. zł.

◆ 06.07.1992 r. dokonano włamania do nastawni ZG „Polkowice”. Sprawca po dostaniu się do pomieszczeń nastawni zabrał w celu przywłaszczenia radiotelefon, prostownik do akumulatorów radiotelefonów, trzy akumulatory do radiotelefonów oraz kanister metalowy 5 litrowy. Suma strat wynosi nie mniej niż 3,760 tys. zł.

◆ 06.07.1992 r. KP Polkowice został powiadomiony o kradzieży kabla miedzianego na terenie ZG „Pol-

kowice” (długości 60 m. wartości 5,695 tys. zł).

◆ 09.07.1992 r. o godz. 24<sup>00</sup> czterech mężczyzn usiłowało włamać się do sklepu spożywczego w miejscowości Guzice. Przy współpracy społeczeństwa udało się zatrzymać jednego ze sprawców. Trzej pozostali zbiegli z miejsca zdarzenia.

◆ 09.07.1992 r. z klatki schodowej przy ulicy Miedzianej skradziono rower marki „Wigry 2” koloru niebieskiego, wartości 400 IIII ▶

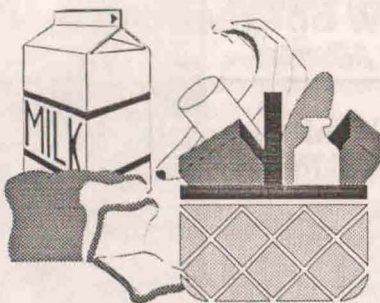
tys. zł.

- ◆ 11.07.1992 r. na stacji CPN w Polkowicach dwaj nieznani mężczyźni, poruszający się motocyklem marki „Jawa 350” w sposób zuchwały dokonali kradzieży 9,2 litra etyliny wartości 61 tys. zł.
- ◆ 13.07.1992 r. w sklepie nr 31 w Polkowicach przez lekkomyślność właściciela dokonano kradzieży saszetki wraz dokumentami oraz pieniędzmi. Łączna suma strat wynosi około 8 mln zł.
- ◆ 13.07.1992 r. z niezamkniętego mieszkania przy ulicy Dąbrowskiego, pod nieobecność lokatorów nieznany sprawca dokonał kradzieży odtwarzacza video marki „orion” wartości 3,440 tys. zł.
- ◆ 14.07.1992 r. z klatki schodowej przy ulicy Ratówników skradziono rower marki „romeo” koloru czerwonego wartości 700 tys. zł.
- ◆ 14.07.1992 r. n/n mężczyzna dokonał napadu na mieszkanie przy ulicy Głogowskiej i pobił dotkliwie przebywającą w nim kobietę. W wyniku podjętych czynności przez Funkcjonariuszy KP Polkowice dnia następnego ustalono i zatrzymano sprawcę tego napadu.
- ◆ 16.07.1992 r. Komisariat Policji w Polkowicach został powiadomiony o dokonanej włamaniu do samochodu marki fiat 126p, w wyniku którego skradziono radioodtwarzacz marki „sanyo” wartości 1 mln zł. W tym samym dniu włama-
- no się do samochodu marki „fiat 125p” zaparkowanego na parkingu przy ulicy Skrzetuskiego. W tym przypadku sprawca zabrał radioodtwarzacz marki „lewis”, dwie kolumny głośnikowe marki „pamasonik”, oraz kasetę magnetofonową „basf”. Łączna suma strat wynosi 960 tys. zł.
- ◆ 16.07.1992 r. w okolicy Szkoły Podstawowej nr 2 w Polkowicach mieszkaniec Lubina został pobity przez grupę młodzieży siedzącą na ławce. W wyniku pobicia uszkodzony doznał złamania nosa.
- ◆ 23.07.1992 r. włamano się do samochodu marki „polonez” zaparkowanego przy ulicy Ociosowej.
- W wyniku włamania dokonano kradzieży radioodtwarzacza samochodowego wartości 865 tys. zł. W tym samym dniu włamano się do drugiego samochodu marki „polonez” zaparkowanego przy ulicy Skalników. Tym razem sprawca zabrał radioodtwarzacz wartości 932 tys. zł.
- ◆ 25.07.1992 r. za pomocą płyty chodnikowej wybito szybę w sklepie przy ulicy Ratówników o wartości 6 ml. zł.
- ◆ 26.07.1992 r. na terenie ogródków działkowych „Barbarka” zniszczono namiot foliowy, rozcinając jego cztery ściany. Straty w tym przypadku wynoszą 1,700 tys. zł.

## Jak reklamować żywność

Ogólne przepisy gwarancji i rękojmi mówią o terminach rocznych lub piętnastomiesięcznych. Kwestie te, jeżeli chodzi o żywność, reguluje odrębne rozporządzenie Ministra Handlu Wewnętrznego z września 1970 roku - do dziś nie odwołane. Żywność została podzielona na kilka grup, każdą z nich można reklamować w ramach rękojmi w innym terminie, i tak:

- ☞ jeżeli kupujemy coś do natychmiastowego spożycia, reklamujemy to od razu,
- ☞ mleko, śmietanę, napoje mleczne, wyroby kulinarne, lody, świeże ryby, nietrawne owoce i warzywa, nieutrwalone wyroby garmażeryjne natychmiast po zauważeniu wady (a najpóźniej w dniu nabycia), mięso, tłuszcze zwierzęce surowe i topione, podroby, drób, dzikie ptactwo, dziczyznę, wędliny nietrawne, wędzonki, wyroby wędliniarskie, kaszankę, kości, ryby mrożone, solone i wędzone, sery twarde, miękkie i topione, bryndzę i jaja, margarynę i inne tłuszcze roślinne, pieczywo, nietrawne wyroby mączno-cukiernicze, drożdże, ogórki kwaszone, kapustę kwaszoną, ziemniaki, świeże i mrożone warzywa i owoce, półfabrykaty, utrawione wyroby garmażeryjne możemy reklamować najpóźniej w następnym dniu po zakupie,
- ☞ marynaty rybne, mleko w proszku i inne konserwy mleczne, olej, piwo, gazowane napoje, musztardę i majonez w ciągu dwóch dni od zakupu,
- ☞ wędliny trwałe, mleko skondensowane, trwałe



pieczywo cukiernicze, owoce, suszone grzyby i owoce, orzechy, miód i marynaty w ciągu siedmiu dni od zakupu,

☞ wszystkie inne artykuły żywnościowe możemy reklamować w ciągu 30 dni od daty zakupu. Okres ten może być krótszy, o ile wcześniej upływa termin przydatności danego towaru do spożycia, dlatego zwracamy uwagę na datę produkcji i okres ważności. Dotyczy to zwłaszcza żywności importowanej do Polski nierzadko tuż przed końcem terminu ważności.

Reklamacje składamy zawsze u sprzedawcy, nie dajmy się zwieść stwierdzeniu, że winien jest producent, hurtownik czy importer. Zgodnie z przepisami możemy żądać wymiany produktu na taki sam, bez wad. Można także żądać zwrotu pieniędzy lub obniżenia cen kwiestionowanego towaru. Mamy w kraju wiele importowanych produktów żyw-

nościowych, często w efektywnym opakowaniu. Zawsze należy sprawdzać terminy ważności produktów. Sygnalizujcie Państwowej Inspekcji Handlowej, Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, albo Państwowej Inspekcji i Przetwórstwa Artykułów Rolnych o jakości żywności, o wszelkich nieprawidłowościach w załatwianiu reklamacji.

Wasz sygnał może uchronić nie tylko Was, ale innych przed nadużyciami czy narażeniem na szwank zdrowia.

ACHB

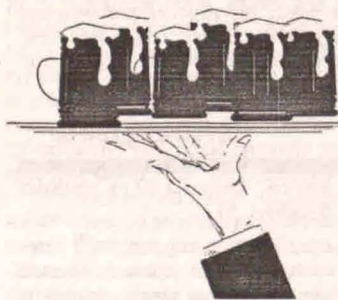
## Pożyczka na adwokata

Od 1 lipca adwokaci znacznie podnieśli stawki za swoje usługi. Na przykład reprezentowanie klienta w sprawie o ochronę dóbr osobistych będzie kosztować 10 milionów zł. Jeśli więc sąsiad naurgał sąsiadowi używając słów uważanych za obraźliwe, jeśli ktoś poczuł się zniesławiony wskutek przyklejenia mu epitetu „człowiek z teczki” lub po prostu „agent”, będzie musiał wyłożyć dziesięć „banków”, jeśli zechce korzystać z fachowej reprezentacji.

Bardzo droższe też taryfa adwokacka za wystąpienie w sprawie rozwodowej - z 800 tysięcy do 5 milionów, za obronę w sprawie karnej - z 600 tysięcy do 4 milionów, zaś rejestracja spółki lub spółdzielni podrożała wręcz rekordowo z 500 tys. do 10 milionów.

(lp)

## „Jedzenie to przyjemność wielka, anyżek, czosnek, diablutki, barszcz towarzyski, łazanki, sosy. Och, tego nie opiszę, słów brakuje by opowiadać....”



Takim napisem na okładce jadłospisu zachęca klientów do zamawiania potraw restauracja „Diagonala”. Centralnie w mieście usytuowana zaprasza wszystkich będących w Polkowicach. Uległam więc czarowi szumnie napisanej wizytówki lokalu „Diagonala”. Pogoda

była deszczowa, zamarzyła mi się mała czarna, a niewątpliwie i coś bym też zjadła.

W miejscu przeznaczonym na szatnię umieszczono punkt sprzedaży artykułów różnych. Weszłam więc w ociekającej kurtce, zajęłam jeden z wolnych stolików nakrytych podobnie jak inne brudnym obrusem, na którym widać było resztki jedzenia. Cierpliwie odczekałam 40 minut, w końcu podeszłam do krążącej po sali jedynej kelnerki, aby złożyć zamówienie. Posiedziałam sobie jeszcze przy stoliku 20 minut i odechciało mi się kawy. Wyszedłam

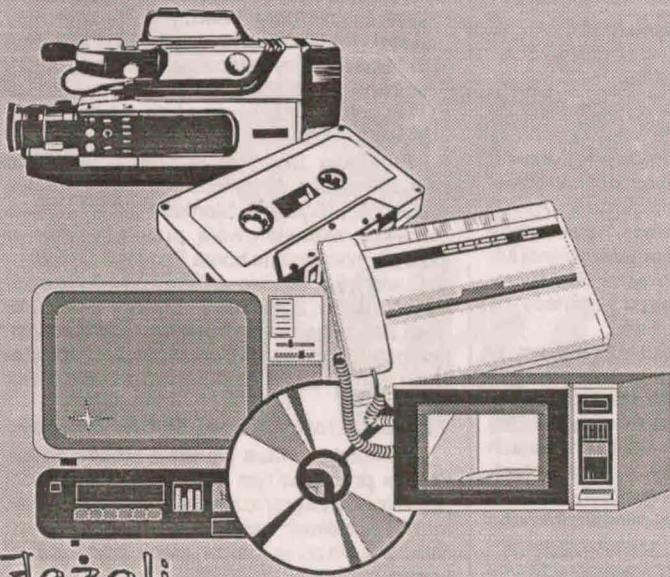
z lokalu i pomimo padającego deszczu, omijając wszystkie lokale, udałam się na przystanek autobusowy.

„Diagonala” to lokal należący do PSS Spółtem w Lubinie. W czerwcu ubiegłego roku prezes tej instytucji zapewniał, iż po zmianie gospodarzy skończą się skargi, a mieszkańcy z przyjemnością będą odwiedzać tę placówkę. Nic się jednak nie zmieniło. Jedynym celem nowych właścicieli jest zarabianie pieniędzy (o czym świadczy przekształcenie szatni w sklep, obsługa tylko piwoszy, a lekceważenie

nie innych konsumentów).

W najbliższym czasie chyba nic się nie zmieni, gdyż Sanepid i PSS Spółtem znajdują się w Lubinie, a miejscowe władze nie mają uprawnień do kontrolowania. W kompetencji komórki zajmującej się handlem i usługami przy Wydziale Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej Urzędu Gminy w Polkowicach nie leży kontrolowanie zakładów gastronomicznych. Pozostaje więc omijać ten lokal.

ACHB



Jeżeli  
chcesz szybko  
kupić coś ze sprzętu domowego  
lub wyposażenia audio-video  
na korzystnych  
warunkach ratalnych  
przyjdź do

**ROXY**



*To nieprawdopodobne !*

*Wystarczy przyprowadzić  
dwóch poręczycieli i żonę z za-  
świadczeniami o zarobkach  
oraz dowodami tożsamości i już mogę kupić, co  
chcę.*

*I to jak tanio !*

*Tylko 2,83 % miesięcznie przy 6 ratach, 2,66 %  
przy 10 ratach i 2,58 % przy 15 ratach.*

*Spisuję umowę i odbieram towar.*

*To doskonały sposób na wyposażenie  
mieszkania !*

**Można też inaczej!  
Raty  
bez poręczycieli !**

Polkowice,  
Pawilon Handlowy, ul. Głogowska 19,  
tel. 45-14-53;  
Lubin,  
ul. Kościuszki 36 a, tel. 42-10-37;  
Głogów,  
Osiedle Piastów, ul. Budziszyńska 3 a

## PRZEDSIĘBIORSTWO GOSPODARKI KOMUNALNEJ I MIESZKANIOWEJ W POLKOWICACH

przy ul. Legnickiej 5

do dnia 15.10.1992 r. przyjmuje oferty na wykonanie  
niżej wymienionych prac w mieście:

- ① remont kapitalny zieleni miejskiej,
- ② remont chodników na bazie kostki brukowej,
- ③ wykonanie elementów małej architektury,
- ④ prace remontowo - budowlane i instalacyjne.

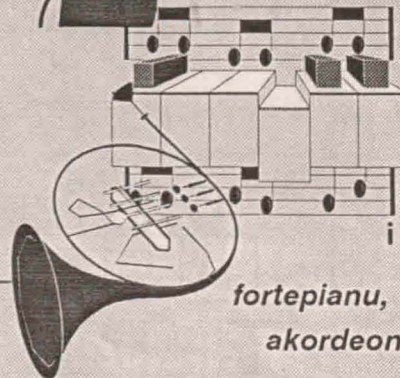
Oferty należy sporządzać zgodnie z regulaminem przy-  
znawania robót, który jest wywieszony w gablocie Przed-  
siębiorstwa oraz postanowieniem nr 6 Zarządu Gminy z  
dnia 7.07.92 r.

Przedsiębiorstwo posiada prze-  
znaczoną do sprzedaży cegłę z roz-  
biórki w ilości 40 tys. sztuk.

Atrakcyjna cena!

**Telefon: nr 45-16-24**

## Spółeczne Ognisko Muzyczne w Polkowicach



przyjmuje  
zapisy  
uczniów  
w dziale  
dziecięcym  
i młodzieżowym  
do klas:

fortepianu,  
akordeonu, gitary,  
instrumentów dętych

**Informacje:**

**ul. Targowa 1, w godz. 8<sup>00</sup>-15<sup>00</sup>-ej**

**tel. 45-18-94**



# Fundacja Dobrych Serc

Powstała Ogólnopolska Fundacja Dobrych Serc. Zatwierdził ją Minister Zdrowia i Opieki Społecznej w porozumieniu z Ministrem Finansów, a zarejestrował Sąd Rejonowy dla Warszawy-Pragi. Jej celem jest inicjowanie, organizowanie, prowadzenie i popieranie działalności na rzecz pomocy ludziom starszym i niepełnosprawnym, gromadzenie środków na tworzenie pensjonatów, ośrodków geriatry i innych placówek oraz gromadzenie środków na budowę i działalność Centrum Zdrowia Seniora.

Tereniem działalności Fundacji jest cały kraj, a jej siedzibą jest Wrocław. Fundacja zamierza zainteresować się losem wszystkich ludzi starszych i niepełnosprawnych w Polsce, a w zależności od potrzeby udzielać niezbędnej im pomocy. W związku z tym Fundacja zamierza organizować na terenie całego kraju swoje przedstawicielstwa, jednostki organizacyjne i filie. Chce również swoją działalnością zainteresować Polaków zamieszkałych za granicą i ludność pochodzenia polskiego oraz tworzyć pensjonaty dla ludzi starszych i niepełnosprawnych pragnących wrócić do kraju.

Fundacja obok działalności społecznej będzie również prowadziła działalność gospodarczą w zakresie produkcji, handlu i usług, a uczestniczące w niej zakłady będą częściowo zwolnione od podatków i będą korzystały z ulg oraz pomocy. Fundacja zwraca się do wszystkich Ludzi Dobrych Serc z uprzejmą prośbą o zgłaszanie gotowości uczestniczenia w organizowaniu tak bardzo potrzebnej działalności na rzecz pomocy ludziom starszym i niepełnosprawnym na terenie całego kraju, którzy często znajdują się w bardzo trudnej sytuacji i pozostają bez niezbędnej im pomocy oraz

opieki.

Fundacja liczy przede wszystkim na zgłoszenia lekarzy, pielęgniarek, innych osób zajmujących się rehabilitacją i ochroną zdrowia, farmaceutów, prawników, ekonomistów i działaczy oświatowych, rzemieślników i osób reprezentujących inne zawody, które mogą uczestniczyć w działalności organizacyjnej lub propagandowej, w pracach administracyjno-biurowych, w udzielaniu porad i pomocy na swoim terenie.

W celu umożliwienia dotarcia do wszystkich ludzi starszych i niepełnosprawnych w Polsce, zainteresowania się ich losem oraz udzielania potrzebującym niezbędnej pomocy Fundacja pragnie tworzyć w miastach i wsiach społeczne komitety pomocy, a w zakładach pracy, szkołach, przy jednostkach wojskowych, zarządach organizacji młodzieżowych i innych, przy kościołach i związkach wyznaniowych lub innych placówkach - zespoły pomocy społecznej. Miejskie, gminne lub wiejskie społeczne komitety pomocy FDS będą koordynowały działalność zespołów pomocy społecznej FDS na swoim terenie i będą kierowały nią. Społeczne komitety pomocy FDS będą przedstawicielami Fundacji, a w przyszłości, w oparciu o nie, mogą być powoływane filie Fundacji Dobrych Serc.

Fundacja dąży do tego, by w miastach posiadających odpowiednie warunki powstały wszechnicie wiedzy o zdrowiu organizują-

ce spotkania dyskusyjne na tematy związane z ochroną zdrowia i środowiska. Pierwsza w Polsce Wszechnica Wiedzy o Zdrowiu FDS powstała we Wrocławiu, a zajęcia na interesujące tematy, odbywające się w Domu Kultury Pracowników Służby Zdrowia (dawny Klub Lekarzy), prowadzą przeważnie profesorowie miejscowej Akademii Medycznej.

Fundacją Dobrych Serc jest osobiście zainteresowana Wiceminister Zdrowia i Opieki Społecznej Krystyna Sienkiewicz, która jako pierwsza zadeklarowała przekazywanie w każdym miesiącu na konto Fundacji 1/10 swoich zarobków. Bardzo prosimy o podobne deklaracje i dary. Zgłoszenia indywidualne i zbiorowe zakładów pracy, szkół, rad parafialnych, jednostek wojskowych, organizacji młodzieżowych i innych prosimy kierować pod adresem:

**Fundacja Dobrych Serc, 50-068 Wrocław.**

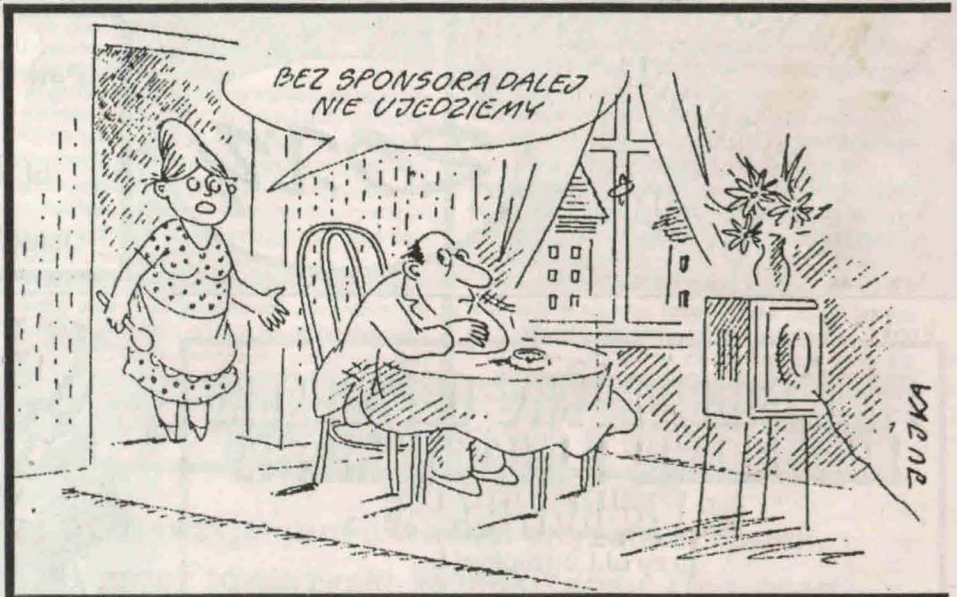
Fundacja zwraca się też z prośbą do zakładów pracy ( w tym także firm prywatnych, polonijnych, zagranicznych, spółek itp), szkół, innych placówek i wszystkich Ludzi Dobrych Serc o wpłacanie darów pieniężnych na jej konto:

**PKO-BP IV O/WROCLAW  
nr 93549-95556-132-3.**

Każdy ofiarodawca zostanie wpisany do Księgi Ofiarodawców i otrzyma pisemne podziękowanie. Przekazanie Fundacji daru uzasadnia obniżenie podatku.

**Bogusław E.Kotylak  
Fundator-Założyciel i Prezes Zarządu**

## KRZYŻÓWKA



### POZIOMO:

1. Słońce w mit. egipskiej.
2. Cyrk lodowcowy.
3. Drapieżnik z rodz. kotów.
4. Wschodnia potrawa z ryżu.
5. Udzielana pacjentowi.
6. Ruchoma ścianka
7. Białko - skl. m. in. rogów, paznokci, włosów.

### PRAWOSKOŃNIE:

1. Pustynny orszak.
2. Muzułmański post.
3. Niósł go ślepy.
4. Kaper.
5. Termin, właściwa chwila.
6. Członek Izby Lordów.
7. Przed „ku” w alfabecie.

### Rozwiązanie krzyżówki z nr 9/92

A. Piastunka - mama, B. Imię męskie - Olek, C. Radio Reszczyńskiego - „Wa-wa”, D. Miasto w śr. Iranie - Anara E. Jest srebrem - mowa, F. Imię męskie - Alan, G. Ptak - mewa, H. Zwrotnik wspak - akar.

Nagrodę otrzymuje Mmariola Szymczyk z ul. Szytgarskiej 16/5.

Adres redakcji: 59-320 Polkowice, ul. Legnicka 15, pok. 212, tel. 45-00-49 w. 23, tlx 0782525, fax 45-13-64

Redaguje zespół w składzie: Czuba (Plastyk), A. Chmielecka-Budzan, W. Gajaszek (red. nac.), K. Grzegorski, H. Kawa (sekr. red.), R. Krysztof, S. Słowiński  
Zdjęcia w numerze: Archiwum, H. Kawa, Z. Suchy. Skład komputerowy: własny. Druk: „Intrograf” Lubin