

# Gazeta Krakowska

W centrum wydarzeń od 70 lat

Nr 58 (21 577)

Nr ISSN 2353-6144  
Nr indeksu 35015X

**Dziwny „sąd rodzinny”  
w Wadowicach. Żona  
była prokuratorem,  
a mąż sędzią!**

STR. 3



**Błogosławieństwo  
papieskie od niedzieli  
każdy może kupić. Cena  
zgodna z taryfikatorem**

STR. 5



FOT. MARIA ANTONELLI/AGF/SIPA/EAST NEWS

## Ludzie Roku i Osobowości z Małopolski na wielkiej gali „Gazety Krakowskiej”



FOT. ANNA KACZMARZ

Czytelnicy wybrali Osobowości Roku Małopolski 2018! Akcja zakończyła się uroczystą galą, która odbyła się wczoraj w Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha w Krakowie. Równocześnie Kapituła Konkursu po raz 27. przyznała tytuły Ludzi Roku. Oto oni, od lewej: prof. Piotr Chłosta, ks. Adam Trzaska, Wojciech Knapik, dr hab. Justyna Drukała, Jan Kusina, prof. Jan Dobrogowski, prof. Elżbieta Stefańska, Zbigniew Święch, prof. Jerzy Nowakowski, prof. Józef Lipiec z kapituły, Ewa Lipska i Krzysztof Jasiński. Laureat Andrzej Bargiel uczestniczy w kursie alpejskim. **CZYTAJ DZIŚ W SPECJALNYM DODATKU**



### Gwiazda

**Małgorzata Foremniak**  
– spełniona,  
ale samotna

str. 7

### Temat dnia

**Jak pomóc  
zakochanym  
nastolatkom**

str. 8



### Kuchnia

**Wypróbuj pyszne  
przepisy na dania  
z grzybów**

str. 10-13



### Zwierzęta

**Żadnych kości,  
mało tłuszczu.  
Dieta dla seniora**

str. 14



FOT. SYLWIA DĄBROWA, 123RF(3)

magazyn **rodzinny**

**Dziś w magazynie wiele** ciekawych  
tematów. Polecamy również tekst  
dla miłośników ptaków i krzyżówkę

str. 15 i str. 20



# ród dzieci

czy tylko rodzin z problemami przemocy czy uzależnień, lecz każdej rodziny. Także takiej, która jeździ z dziećmi na wakacje i spędza z nimi każdy weekend. Często to jednak tylko pozory.

To właśnie takie dzieci dzwonią na telefon zaufania, bo wiedzą, że tam ktoś ich wysłucha.

Takich rozmów jest coraz więcej. W ubiegłym roku średnio osiem osób dziennie dzwoniło na telefon zaufania dla dzieci ze stwierdzeniem, że nie dają sobie rady i myślą o samobójstwie. W tym roku jest to już 14 osób w ciągu dnia. - Dzieci, dzwoniąc na telefon zaufania, mówią nam, że ich rodzice ich wcale nie znają - twierdzi Lucyna Kicińska.

## Szkoły biją na alarm

Nauczyciele dostrzegają ten problem: - Dzieciom brakuje miłości, akceptacji, przez co mają niskie poczucie własnej wartości - mówi Małgorzata Surowiak, pedagog w Szkole Podstawowej w Świniarsku (pow. nowosądecki). - Rodzice nie mają czasu na rozmowy, wszyscy są sfrustrowani pędem życia - dodaje Jolanta Gajęcka, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 2 w Krakowie. - Rodzina, która się kocha i szanuje, może uchronić dziecko od złego samopoczucia - mówi i podkreśla, że jeśli nauczyciel widzi przygnębione dziecko, to natychmiast powinien reagować.

## Braki w systemie

Jednak nie każde dziecko znajduje pomoc w szkole - jeden

psycholog na kilkaset dzieci to za mało.

Raport NIK z 2017 r. alarmuje, że w latach 2014-2016 dzieciom w Polsce „nie zapewniono wystarczającej opieki psychologiczno-pedagogicznej”. Na 100 tys. dzieci przypada jeden psychiatra. To plasuje nas na przedostatnim miejscu w Europie. - W mieście mamy dwoje lekarzy, w tym jednego emerytowanego. Kolejny dopiero jest w trakcie specjalizacji - zauważa Beata Liwowska, psychoterapeutka z Tarnowa. Dodaje też, że ogromną rolę grają media społecznościowe, które pochłaniają dzieciom większość czasu.

Raporty i badania wskazują na przeładowanie czasu dzieci zajęciami i bodźcami. - Pamiętam śmierć 15-latkę z Tarnowca i 16-latkę z Jodłówki - opowiada Krzysztof Krzemień, ratownik medyczny z Tarnowa. - Przyczyn nie znam, ale z rozmów wiem, że te próby samobójcze to efekt ogłupienia nowymi technologiami - dodaje.

Lucyna Kicińska z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę podkreśla, że wielu rodziców uważa, że ten problem nie dotyczy ich dzieci. - Odpowiedzialność za komunikację leży zawsze po stronie dorosłego, bo to on powinien zachęcać dziecko do rozmowy, do opowiadania o problemach. A nie przyjmować za pewnik, że jak dziecko będzie miało jakiś kłopot, to na pewno przyjdzie - ostrzega. ©©

Współpraca: WIN, ALF, ŁB

# Żona - oskarżyciel, mąż - sędzia. Dziwny układ w Wadowicach

## Wymiar sprawiedliwości

Bogumił Storch  
b.storch@gk.pl

**W Wadowicach oskarżyciele z ramienia prokuratury, sędzia (a prawdopodobnie też adwokat) byli krewnymi. Sąd dyscyplinarny sprawdza teraz, czy nie pracowali nad tymi samymi sprawami i czy ich powiązania nie wpłynęły na wyroki i decyzje.**

Skandaliczna i niezgodna z prawem sytuacja w wadowickim wymiarze sprawiedliwości zaczęła się w 2011 r., gdy jeden z sędziów wydziału karnego ożenił się z panią prokurator z Oświęcimia, a co za tym idzie - szwagrem sędziego stał się jeden z wadowickich prokuratorów, który jest bratem jego małżonki.

- O rodzinnych powiązaniach w prokuraturze i sądzie mówiło się, ale tylko w kręgu zawodowym. Przez te siedem lat po prostu przymykano na to oko - mówi nam anonimowo jeden z miejscowych prawników.

Wszystko wydało się w połowie zeszłego roku, gdy w krakowskiej Prokuraturze Okręgowej zapadła decyzja o przeniesieniu małżonki wadowickiego sędziego z jednostki w Oświęcimiu do Wadowic. Członkiem rodziny, według naszego rozmówcy, jest też jeden z miejscowych adwokatów. To jeszcze nie wszystko. Decyzję o przeniesieniu podjął szef krakow-



Sąd i prokuratura mieszczą się w Wadowicach w jednym budynku

**O rodzinnych powiązaniach mówiło się, ale tylko w kręgu zawodowym. Przez 7 lat po prostu przymykano na to oko**

skiej Prokuratury Okręgowej Rafał Babiński. - Ta kobieta jest koleżanką żony prokuratora okręgowego, która również pracuje w Wadowicach. Thumaczone, że „chciały być bliżej siebie” - przyznaje anonimowo jeden z wadowickich adwokatów. Sędzia - mąż prokurator, w tym czasie robił już w mieście karierę: był przewodniczącym wydziału karnego, został nawet

Teraz trzeba w tych wszystkich sprawach wznowić postępowania. - Naruszono artykuł 40 Kodeksu postępowania karnego, który mówi, że sędzia musi się wyłączyć z rozstrzygania w sprawach, gdzie może dojść do konfliktu interesów. Teraz na koszt podatnika trzeba wszystkie te sprawy powtórzyć, a kolejki w tym sądzie będą jeszcze dłuższe - wyjaśnia nasz rozmówca, adwokat z Wadowic.

Nie udało się nam skontaktować z sędzią. Poinformowano nas tylko, że został przeniesiony z wydziału karnego do cywilnego, ale jeszcze w tym tygodniu nadal pełnił funkcję wiceprezesa sądu. Małgorzata Zając, prezes Sądu Rejonowego w Wadowicach, nie chciała o tym rozmawiać, odesłała nas do Sądu Okręgowego.

- Wiceprezes Sądu Okręgowego zdecydował o przeprowadzeniu w wadowickim sądzie lustracji. Prowadzi ją czterech sędziów wizytatorów - mówi rzeczniczka krakowskiego Sądu Okręgowego sędziana Beata Górszczyk. - Kolegium Sądu Okręgowego podjęło uchwałę o wszczęciu wobec sędziego postępowania wyjaśniającego przez rzecznika dyscyplinarnego.

Rodzinne powiązania w Wadowicach już rozbito: sędziego przesunięto do spraw w wydziale cywilnym, szwagier prokurator trafił do prokuratury w Myślenicach, a żona prokurator powróciła do prokuratury w Oświęcimiu. ©©

## Biuro podróży Olimp ogłosiło bankructwo

Kraków  
Iwona Krzywda  
redakcja@gk.pl

**Jedno z największych krakowskich biur turystycznych straciło płynność finansową po ponad 20 latach obecności na rynku.**

Właściciele Olimpu poinformowali o bankructwie za pośrednictwem strony internetowej. W opublikowanym oświadczeniu wskazali, że na zakończenie działalności zdecydowali się ze względu na spadające obroty. „Zrobiliśmy, co tylko było w naszej mocy, do ostatniej chwili prowadząc negocjacje i podejmując próby. Niestety, mimo naszych starań, próby odnowienia kredytowania, pozyskania inwestora i wreszcie sprzedaży firmy nie powiodły się” - czytamy.

- Jestem ogromnie zaskoczony tą informacją. Z usług Olimpu korzystam od lat i zawsze byłem z nich bardzo zadowolony. O bankructwie dowiedziałem się od innych klientów, którzy zostali już poinformowani o odwołanych wyjazdach - mówi dr Jerzy Bukowski, przewodniczący Komitetu Opieki nad Kopcem Józefa Piłsudskiego w Krakowie, który miał wyjechać z biurem do Włoch na narty.

W związku z bankructwem odwołane zostały wszystkie wycieczki zaplanowane przez Olimp. Jak zapewnili szefowie biura, klienci, którzy już przebywają za granicą, mają zapewnione dokończenie pobytu oraz transport powrotny do kraju. Ci, którzy opłacili odwołane wyjazdy, mogą zaś liczyć na zwrot wpłaconych pieniędzy. Ich wypłatą zajmie się Małopolski Urząd Marszałkowski. ©©

## Podhale

**Uwaga na tzw. poduszki śnieżne w Tatrach**

Po ostatnich silnych podmuchach wiatru w Tatrach wzrosło zagrożenie lawinowe - z pierwszego do drugiego stopnia. W górach nadal leży ponad 180 centymetrów śniegu. Ostatnio silny wiatr poprzemienił jednak sporo śniegu i utworzył tzw. poduszki śnieżne. Wejście na taką „poduszkę” może skończyć się upadkiem i lawiną. Dlatego poruszanie się w górach wymaga znajomości terenu, wyposażenia zimowego (raki, czekan, zestaw lawinowy), a także umiejętności posługiwania się tym sprzętem. (ŁB)

## Podhale

**Zawałiła się ściana domu w Chochołowie**

Nad ranem w piątek runęła murowana ściana jednego z budynków w Chochołowie. Na szczęście nikomu nic się nie stało. Gruz jednak zatarasował dojazd do innych budynków. Usunięciem gruzowiska zajęła się straż pożarna. Reszta budynku ma zostać rozebrana. (ŁB)

## Tarnów

**Mieszkanie zapaliło się od pieca kaflowego**

Pożar strawił wyposażenie jednego z mieszkań budynku socjalnego przy ul. Tuchowskiej w Tarnowie. Poszkodowana została również jego lokatorka. Z raną ciętą głowę oraz oparzeniami twarzy została zabrana przez pogotowie do szpitala. (PACH)

## Kraków

**Rewelacyjny wynik finału WOŚP w Krakowie**

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy podsumowała tegoroczny Finał. W Krakowie podczas 27. edycji WOŚP zebrano ponad 2 mln zł. Na krakowskich ulicach kwstowało ok. 1,5 tys. wolontariuszy. W sumie 120 tys. wolontariuszy z całego świata zebrało rekordową sumę - 175 mln 938 tys. 717 zł i 56 gr. To o niemal 50 mln więcej niż rok temu. - Jak nigdy poczuliśmy solidarność Polaków, rodaków na całym świecie, poczuliśmy, że jesteśmy razem - powiedział podczas podsumowania Jurek Owsiak. (JK)

008947422

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość  
o tragicznej śmierci



**Patryka Wanata**

studenta Wydziału Inżynierii Biomedycznej  
Politechniki Śląskiej,  
przewodniczącego Samorządu Studenckiego  
Wydziału Inżynierii Biomedycznej w latach 2016-2018,  
bardzo dobrego organizatora, głęboko zaangażowanego  
w życie studenckie Politechniki Śląskiej.

Składamy wyrazy głębokiego żalu  
i współczucia pogrążonym w smutku

**Rodzinie oraz Bliskim**

Rektor, Senat  
oraz Społeczność Akademicka Politechniki Śląskiej



## Uwięził i podpalił swoją znajomą. Chciał zabić?

**Tarnów**  
**Robert Gąsiorek**  
r.gasior@kgk.pl

**Tarnowski sąd przedłużył do maja areszt tymczasowy dla Marcina D. Mężczyzna pod koniec ub. r. uprowadził 37-letnią kobietę, a następnie oblał ją substancją łatwopalną i podpalił. 29-letni tarnowianin usłyszał na razie zarzut spowodowania ciężkich obrażeń ciała. Prokuratura czeka jednak na opinię biegłego, która może skutkować zmianą kwalifikacji czynu na usiłowania zabójstwa.**

Ta bulwersująca sprawa odbiła się szerokim echem w całym regionie. Dramat 37-latki rozegrał się w piątek, 30 listopada. Marcina D. kobieta знаła od jakiegoś czasu. W andrzejkowy wieczór mężczyzna zjawił się u tarnowianki. Chciał, aby podzieliła kredyt, który postanowił zaciągnąć. Kobieta stanowczo odmówiła, co miało rozwścieczyć 29-latka. Marcin D. wciągnął kobietę siłą do swojego samochodu. Zaczął ją przyduścać oraz kilka razy uderzył. W końcu zawiózł ją do wynajmowanego przez siebie domu w Tarnowie.

Tam wywłókł 37-latkę z pojazdu i wciągnął do garażu. Złapał za stojący na półce pojemnik ze środkiem chemicznym, wylał jego zawartość na znajomą i podpalił.

Buchnął płomień. Dopiero po chwili Marcin D. stłumił ogień. Poparzoną zaprowadził do jednego z pomieszczeń swojego domu i więził przez całą noc. Nad ranem kobiecie udało się uciec. Trafiła do szpitala, gdzie przeszła skomplikowaną operację.

29-latek szybko trafił w ręce policji. Usłyszał zarzuty pozbawienie wolności ze szczególnym okrucieństwem oraz spowodowania ciężkich obrażeń ciała.

Teraz jednak może odpowiadać za usiłowanie zabójstwa. Poparzona kobieta ma przejść badania medyczne, które przeprowadzą biegli sądowi. - Sprawdzany będzie mechanizm powstawania tych obrażeń. Biegli stwierdzą, czy mogły doprowadzić do śmierci - zaznacza prok. Mieczysław Sienicki, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Tarnowie.

Gdyby zmieniono kwalifikację czynu, Marciniowi D. będzie grozić dożywocie. ©

## Porwana trzylatka i jej mama są bezpieczne. Sprawcy ujęci

**Izabela Krzewska**  
redakcja@kgk.pl

### Białystok

**Kobietę i dziecko odnaleziono. Na szczęście są całe i zdrowe. - Dwaj sprawcy porwania znaleźli się w rękach policjantów - poinformował wczoraj po południu na Twitterze Jarosław Zieliński, wiceminister w MSWiA.**

„Amelka i jej mama są już dzięki nam całe i zdrowe pod naszą opieką! Uwolnienie ich i zatrzymanie sprawców to efekt skutecznych działań policji, nieopisany trud policjantów z KGP, CBŚP i całego kraju, w szczególności garnizonów z Białegostoku, Olsztyna, Radomia” - napisano na oficjalnym profilu policji na Twitterze.

W piątek po południu docierały sprzeczne informacje o odnalezieniu miejsca znalezienia mamy i Amelki a także zatrzymaniu sprawców porwania.

Do porwania doszło w czwartek przed blokiem przy ul. Dzieśięciny 47 w Białymstoku. Z relacji świadków wynikało, że po godz. 10 dwóch sprawców podjechało ciemnym citroenem C4 picasso i wciągnęło je do auta. Wszczęto poszukiwania. Samochód znaleziono porzucony nieopodal, przy ul. Cedrowej.



**Z lewej zdjęcie wypożyczającego samochód, którym potem porwano 3-letnią Amelkę i jej 25-letnią mamę**



FOT. KWP BIAŁYSTOK

### Podejrzany był ojciec dziewczynki

Funkcjonariusze ustalili, że auto wypożyczył w Łomży ojciec Amelki. Polak mieszka i pracuje w Niemczech. Wczoraj policja opublikowała jego zdjęcie.

W akcję poszukiwawczą zaangażowało się Podlaskie Biuro Wywiadu Detektywistycznego. Według agentów, spr-

wcy po porzuceniu citroena przy ul. Cedrowej mogli mostkiem przejść na ul. Świętokrzyską i tam przesiąść się do drugiego auta - białego hyundaia, prawdopodobnie na niemieckich numerach rejestracyjnych.

### Policja ustawiła blokady zbyt późno?

Jest jeszcze inna wersja wydarzeń. - Sprawcy prawdopodobnie przesiedli się do dwóch różnych aut i wywieźli matkę i dziecko oddzielnie - mówi nam właściciel tej agencji. Jego zdaniem policyjne blokady na rogatkach Białegostoku zostały ustawione zbyt późno.

Na drogach wylotowych w stronę Supraśla i Wysokiego

Mazowieckiego pojawiły się dopiero w czwartek po godzinie 15. Tymczasem 8-9 godzin wystarczy, aby dojechać do zachodniej granicy - dodaje detektyw.

### Detektywi mówią, że porwanie było bardzo dziwne

Zdaniem detektywów, z którymi rozmawialiśmy, okoliczności porwania są nietypowe.

- Jeśli faktycznie ojciec jest zamieszany w porwanie, dziwi fakt, że podał w wypożyczalni swoje autentyczne dane, a auto, które miał zwrócić w czwartek, porzucił - słyszymy. Faktycznie, wypożyczający samochód podał dane ojca i szczeciński adres. Wczoraj eksperci sprawdzali to miejsce.

Po drugie, w przypadku porwania rodzicielskich uprowadzane jest tylko dziecko. W tym przypadku zniknęła również matka. Zdaniem detektywów, motywem porwania mógł być akt zazdrości (pani Natalia mogła spotykać się z innym mężczyzną) lub też pozew rozwodowy, do którego się szykowała.

Porwana i uratowana 25-latka pochodzi z Rybnik (woj. podlaskie). W Supraślu kończyła liceum plastyczne. Przez jakiś czas mieszkała w Niemczech, gdzie pracowała jako grafik komputerowy na zlecenie. Wiele wskazuje na to, że uciekła przed mężem. Przyjechała do Białegostoku, gdzie mieszka jej babcia. ©

REKLAMA 008946767

### REKRUTACJA DO PROJEKTU

Kompleksowy program wczesnej interwencji dla małego dziecka niepełnosprawnego z terenu powiatu olkuskiego i krakowskiego wraz z dostępem do badań prenatalnych

### MODUŁ – WCZESNA INTERWENCJA (BEZPŁATNE WSPARCIE)

**Dla kogo?** Projekt skierowany do rodzin z dzieckiem niepełnosprawnym lub zagrożonym niepełnosprawnością w wieku 0-7 lat z terenu powiatu olkuskiego i krakowskiego

**Co oferujemy?**

- ▶ Bezpłatne wsparcie terapeutyczno-rehabilitacyjne dla dzieci w wieku 0-3 lat i ich rodzin w warunkach domowych: rehabilitacja - NDT Bobath, terapia logopedyczna, pedagogiczna, opieka psychologiczna, konsultacje lekarskie;
- ▶ Bezpłatna terapia i rehabilitacja dzieci w wieku 4-7 lat oraz wsparcie rodziny świadczone w Centrum Wsparcia Dziecka Niepełnosprawnego i Rodziny w Bukownie: fizjoterapia, terapia SI, terapia logopedyczna, pedagogiczna, wsparcie psychologiczne, konsultacje lekarskie, treningi kompetencji społecznych;
- ▶ Spotkania informacyjno-integracyjne dla rodziców w grupie wsparcia w „Kawiarence Pod Parasolem”

**Informacja i zapisy**

**Stowarzyszenie Dobroczyńce „Res Sacra Miser” w Olkuszu**  
Koordynator projektu:  
**660 246 386; e-mail: sala@rsm.olkuszt.pl**  
Dokumenty można składać do 16 marca 2019 r.  
Biuro projektu: **Bukowno, ul. Kolejowa 30**

Szczegółowe informacje wraz z Regulaminem i formularzem zgłoszeniowym:  
**www.niepelnosprawni.rsm.olkuszt.pl**

## Solidarność sama zdemontowała pomnik księdza Jankowskiego

**Gdańsk**  
**Ewelina Oleksy**  
redakcja@pl

**Spółeczny Komitet Budowy Pomnika ks. Jankowskiego w piątek rano na własną rękę zdemontował monument. To reakcja na przyjętą w czwartek uchwałę Rady Miasta Gdańska, która do rozbioru pomnika upoważniała władze miasta.**

Przedstawiciele stoczniowej Solidarności wraz z wynajętą firmą kamieniarską, która zajęła się demontażem figury ks. Henryka Jankowskiego, pojawili się na placu przy kościele św. Brygidy w piątek rano. Kontrowersyjny pomnik został usunięty w reakcji na przyjętą w czwartek uchwałę. Zgodnie z nią do rozbioru budzącego kontrowersje pomnika upo-

ważniona była prezydent Gdańska. Ale związkowcy, obrzuceni decyzją radnych, postanowili nie czekać na ruch władz miasta i wzięli sprawy w swoje ręce.

- Sami zdemontujemy pomnik, żeby ktoś inny nie zniszczył. Nie jesteśmy w stanie ochraniać pomnika, a jest niemal pewne, że przy takiej przychylności władz miasta jego zniszczenie to tylko kwestia czasu - zapowiedział już w czwartek Krzysztof Dośła, szef Zarządu Regionu Gdańskiego NSZZ Solidarność.

W piątek Dośła był też na trwającej kilkanaście minut akcji demontażu pomnika. Figura została przewieziona ciężarówką do magazynu, gdzie - jak mówią przedstawiciele komitetu - poczeka, aż „wokół sprawy opadnie kurz”. Jednocześnie zapowiadają, że pom-



**Pomnik usunięto prawdopodobnie z naruszeniem prawa**

nik prałata zostanie wzniesiony ponownie - ale już nie na terenie miejskim, tylko prywatnym. Decyzja, gdzie konkretnie, ma zapaść za kilka miesięcy. Wstępnie związkowcy wskazują m.in. teren parafii kościoła św. Brygidy.

Miejscy urzędnicy wskazują tymczasem, że piątkowa roz-

biórka pomnika przez związkowców była... niezgodna z obowiązującymi przepisami. Bo nie zgłoszono jej odpowiednim organom.

- Zgodnie z procedurami rozbioru pomnika należy zgłosić do Wydziału Urbanistyki i Architektury UMG oraz uzgodnić z Pomorskim Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków - informuje Olimpia Schneider z biura prasowego gdańskiego magistratu. - Z naszych informacji wynika, że w piątek na miejscu była obecna policja, która sporządziła notatkę i przekazała sprawę do Pomorskiego Inspektora Nadzoru Budowlanego.

Na czwartkowej sesji Rady Miasta Gdańska większością głosów zdecydowano nie tylko o rozbiorze pomnika ks. Henryka Jankowskiego. Oskarżanemu o pedofilię duchownemu odebrano także tytuł Honorowego Obywatela Miasta Gdańska, a z przestrzeni publicznej usunięto nazwę skweru jego imienia. ©

## Pirat w korytarzu życia – sąd wymierzył mu karę

### Pieniny

Łukasz Bobek  
l.bobek@gk.pl

**Nonszalancja i głupota na drodze nie popłaca. Przekonał się o tym 46-latek z powiatu nowotarskiego, który szalał samochodem marki Maserati na drodze ze Szczawnicy do Krościenka. Mężczyzna za to, że pędził tzw. korytarzem życia za karetką, dostał zakaz jazdy na osiem miesięcy i ma zapłacić 1500 zł kary.**

Chodzi o pirata drogowego, który popisywał się na drodze ze Szczawnicy do Krościenka w październiku 2018 roku. Policji udało się znaleźć tego kierowcę i ukarać.

Do zdarzenia doszło 14 października 2018 roku w godzinach popołudniowych. Był akurat słoneczny weekend, który postanowiło wykorzystać sporo turystów. Wtedy to zakorkowała się droga wyjazdowa ze Szczawnicy. Mężczyzna, żeby ominąć korek, pędził za jadącą na sygnale karetką pogotowia. Jechał za ambulansem tzw. korytarzem życia, jaki dla karetki przygotowali inni kierowcy.

Pomimo zwrócenia uwagi przez kierowcę karetki, mężczyzna nie zaprzestał jazdy korytarzem życia.

– Ponadto kierujący niejednokrotnie stworzył zagrożenie bezpieczeństwa dla pojazdów jadących z naprzeciwka, których kierowcy – próbując włączyć się do ruchu po przejechaniu pojazdu uprzywilejowanego – zmuszeni byli gwałtownie hamować – mówi mł. insp. Sebastian Gleń z Komendy Wojewódzkiej Policji w Krakowie. Na koniec, na moście na Dunajcu w Krościenku, kierowca maserati cofał pod prąd.

O tych wyczynach zaalarmowano policję. Ta w poszukiwaniu świadków zdarzenia rozeseła komunikat do mediów. Zeznania świadków z całej Polski przyczyniły się do ustalenia, kto był piratem drogowym: okazał się nim 46-latek z powiatu nowotarskiego.

Policja skierowała wniosek do sądu o jego ukaranie. Pod koniec lutego zapadł wyrok. Sąd skazał 46-latka na zakaz prowadzenia pojazdów przez osiem miesięcy. Dodatkowo mężczyzna został ukarany grzywną 1500 złotych i kosztami sądowymi. ©©

# Papieskie błogosławieństwo można kupić przez internet

### Kościół

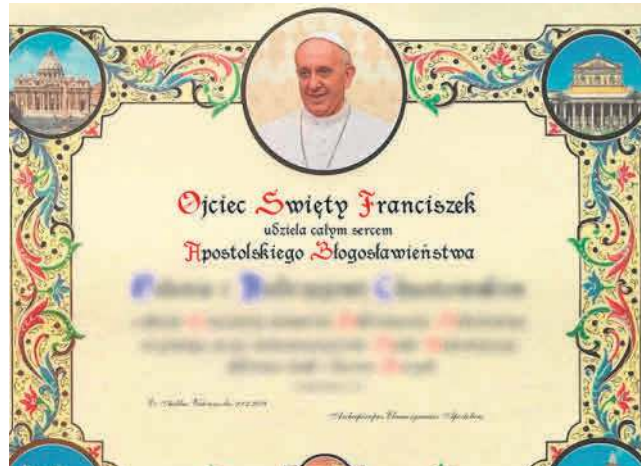
Paulina Padzik  
paulina.padzik@gk.pl

**Od niedzieli będzie można kupić błogosławieństwo z Watykanu, podpisane przez papieża. Koszt takiego dokumentu to od 80 do 100 zł.**

Błogosławieństwo będzie można kupić na stronie internetowej, którą uruchomił Urząd Dobroczynności Apostolskiej w Watykanie. Do tej pory można je było dostać w Stolicy Apostolskiej osobiście lub zamówić faxem, a jego koszt wynosił „co łaska”. Wierni płacili więc tyle, ile chcieli, ale często zdarzało się, że nie zostawiali nic.

Bywało też tak, że pojedyncze osoby zbierały nawet kilkadziesiąt dokumentów z błogosławieństwem papieża i handlowały nimi. W ten sposób bogacili się, a tracił Watykan – musiał przecież pokryć koszty ozdobnego pergaminu i koszty wysyłki w różne miejsca świata.

Teraz Stolica Apostolska zdecydowała się położyć kres



FOT. ZE STRONY INTERNETOWEJ WATYKANU

**Tak wygląda papieskie błogosławieństwo. Może je uzyskać każdy - szczegóły w internecie: [www.elemosineria.va](http://www.elemosineria.va)**

takim praktykom. - Każdy pomysł, który ma ukrócić niestosowne procedury, jest dobry - uważa ks. Zbigniew Nęcek, były rzecznik krakowskiej kurii.

Watykan wydał w tej sprawie komunikat, w którym czytamy, że: „będzie czuwać nad poszanowaniem papieża, a zatem i ochroną ich wizerunku i tożsamości w obliczu

inicjatyw, które bez upoważnienia posługują się imieniem bądź herbem papieskim dla celów i czynności, niemających nic, bądź niemal nic wspólnego z Kościołem katolickim”.

Koszt nabycia takiego błogosławieństwa wynosi od kilku do kilkunastu euro. W przeliczeniu na polską walutę wychodzi około 80-100 zł. - W krajach zachodnich w kościele

zawsze był taryfikator opłat, a nie „co łaska” - opowiada ks. Nęcek. - Dla Polaków to może być trudniejsze do przyjęcia, ale rzeczywistość Kościoła jest zróżnicowana.

Pieniądze za dokument przeznaczane są na cele dobroczynne - tak było również przed uruchomieniem internetowej sprzedaży i to się nie zmieni. Datki za błogosławieństwa wspierają osoby w potrzebie - bezdomnych, uchodźców, więźniów, samotne matki, sieroty, a także żeńskie klasztory klauzurowe bez środków do życia.

Watykan wydaje rocznie nawet pół miliona takich błogosławieństw. Z opłat za dokumenty rozlicza się bezpośrednio przed papieżem.

Wierni kupują je na różne okazje - Pierwszą Komunię dziecka lub wnuka czy ślub, a także w momencie choroby lub po prostu na pamiątkę niezwykłego doświadczenia duchowego. Jak twierdzi ks. Nęcek, takie błogosławieństwo ma dla wiernych wielki wymiar religijny. ©©

REKLAMA

008950478

### Obwieszczenie

Na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U.2018.1474), w związku z art. 10 § 1 i art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.2018.2096 ze zmianami)

### WOJEWODA MAŁOPOLSKI

zawiadamia, że zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa DW 968 Lubień – Zabrzeż w km 5+790 – km 5+929 (odc. ref. 070), rozbudowa DW 969 Nowy Targ – Stary Sącz w km 4+720 (odc. ref. 100) – km 0+107.18 (odc. ref. 115) wraz z budową skrzyżowania skanalizowanego typu rondo turbinowe w km 4+814.9 (odc. ref. 100), rozbudowa DG 291908K w km 0+000 – 0+034.3, budowa i przebudowa zjazdów oraz sieci uzbrojenia terenu w miejscowości Zabrzeż, gmina Łącko, powiat nowosądecki, woj. małopolskie” w ramach zadania inwestycyjnego pn. „Rozbudowa DW 968 Lubień – Zabrzeż, Zadanie 5 – Budowa skrzyżowania typu rondo DW 968 z DW 969 w m. Zabrzeż – zaprojektowanie i wykonanie robót budowlanych” po rozpatrzeniu wniosku z 3 grudnia 2018 r. pełnomocnika inwestora – Zarządu Województwa Małopolskiego.

Projektowana inwestycja planowana jest do realizacji w miejscowości Zabrzeż, gmina Łącko, w powiecie nowosądeckim, w województwie małopolskim, na niżej wymienionych działkach ewidencyjnych, znajdujących się:

- a) między liniami rozgraniczającymi teren drogi wojewódzkiej nr 968 (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i jest przeznaczona pod drogę, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 579/2 (579), 391/3 (391/1), 392/1 (392), 336/4 (336/1), 342/4 (342/2), 391/2;
- b) między liniami rozgraniczającymi teren drogi wojewódzkiej nr 969 (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i jest przeznaczona pod drogę, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 391/4 (391/1), 391/5 (391/1), 392/2 (392), 393/4 (393/2), 393/5 (393/1), 365/2 (365);
- c) między liniami rozgraniczającymi teren, w granicach pasa drogowego drogi gminnej nr 291908K, objętego obowiązkiem rozbudowy innych dróg publicznych (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i jest przeznaczona pod drogę, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 336/3 (336/1), 339/2 (339) ;
- d) w granicach terenu objętego obowiązkiem budowy i przebudowy sieci uzbrojenia terenu odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część została objęta ww. obowiązkiem, w nawiasie podano numer działki przed podziałem:
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 624/2, 625, 365/3 (365);
- e) w granicach terenu objętego obowiązkiem przebudowy urządzeń wodnych (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część została objęta ww. obowiązkiem, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 624/2, 625, 388;

- f) w granicach terenu objętego obowiązkiem przebudowy zjazdów (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część została objęta ww. obowiązkiem, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):
- jednostka ewidencyjna [121009\_2] Łącko, obręb Nr 0009 Zabrzeż: 579/1 (579), 624/1, 624/2, 625, 388, 336/5 (336/1), 393/6 (393/1).

Strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy oraz ewentualnie wnieść uwagi i zastrzeżenia w Oddziale Administracji Architektoniczno-Budowlanej I Instancji Wydziału Infrastruktury Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie Delegatura w Nowym Sączu, przy ul. Jagiellońskiej 52, pokój nr 233 i 232 (II piętro), od poniedziałku do piątku w godzinach pracy Urzędu, zaleca się w godz. 12<sup>00</sup> – 14<sup>00</sup> po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym pod numerem telefonu 18 540 23 58 i 18 540 23 97. Zaznacza się, że zapoznanie z aktami sprawy w pozostałych godzinach pracy i bez uzgodnienia telefonicznego nie gwarantuje dostępu do akt sprawy z uwagi na obciążenie dużą ilością prowadzonych postępowań.

Zgodnie z art. 49 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego doręczenie uważa się za dokonane po upływie czterech dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. ukazania się obwieszczenia o wszczęciu ww. postępowania.

Jednocześnie informuje się, że:

- obwieszczenie Wojewody Małopolskiego podlega zamieszczeniu na tablicy ogłoszeń urzędowych: w Małopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Krakowie i Urzędzie Gminy Łącko oraz w urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Łącko i Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie, a także w prasie lokalnej;
- zgodnie z art. 11d ust. 9 i 10 ustawy o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych z dniem zawiadomienia o wszczęciu postępowania, nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa, bądź jednostek samorządu terytorialnego, objęte wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, nie mogą być przedmiotem obrotu w rozumieniu przepisów o gospodarce nieruchomościami. Czynność prawna dokonana z naruszeniem zakazu, o którym mowa powyżej, jest nieważna;
- zgodnie z art. 41 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego w toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić organ o każdej zmianie swego adresu, ponieważ w razie zaniedbania tego obowiązku doręczenie pisma pod dotychczasowym adresem ma skutek prawny.

# O Krakowie dyskutują w Gródku?



## Kontrowersje

**Szefowie krakowskich spółek komunalnych na dwa dni pojechali do 5-gwiazdkowego hotelu Heron w Gródku nad Dunajcem. Pojechali tam dyskutować o Krakowie - przedstawiali swoje plany finansowe, ustalali taktykę walki ze smogiem, a może również „uwalniali marzenia i budzili zmysły”. Podatnicy zapłacili za to 39 tys. zł**

Pokój ze śniadaniem w hotelu Heron nad brzegiem Jeziora Rożnowskiego kosztuje od 600 do 1,8 tys. zł za dobę. Do dyspozycji gości jest m.in. kryty ba-

sen, spa i centrum fitness. Strefa wellness (basen, jacuzzi, kompleks saun) dostępna jest w cenie za pokój, tak samo jak sala multimedialna, gdzie można m.in. pograć na PlayStation.

Naradę zorganizował Krakowski Holding Komunalny (KHK). Ale uczestniczyli w niej nie tylko członkowie zarządów spółek tworzących grupę kapitałową (Krakowski Holding Komunalny, Miejskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej, Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji, Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne i Agencja Rozwoju Miasta). Byli też reprezentanci Trasy Łagiewnickiej i Miejskiej Infrastruktury oraz kilku zaproszonych gości. W sumie - 38 osób. Koszt - 39 tys. zł poniosły spółki miejskie.

W czwartek ich prezesi prezentowali tegoroczne plany fi-

nansowe dla Krakowa, wczoraj mowa była o walce ze smogiem.

Dlaczego o problemach Krakowa nie można było rozmawiać np. w jednej z sal magistratu? - Pragmatyka tego typu spotkań wskazuje, że organizowanie ich poza miejscem pracy uczestników (oderwanie na półtora dnia od bieżącego zarządzania spółką, nie przerywanie telefonami i spotkaniami praca) pozwala lepiej skupić się nad proponowanymi tematami - tłumaczy Dominika Biesiada-Klimczak. Rzeczniczka KHK nie ukrywa, że spotkania wyjazdowe szefowie spółek odbywają się średnio raz w roku, ale w planie na ten rok jest zwiększenie ich częstotliwości.

Można też przypuszczać, że szefowie miejskich spółek chcieli „uwolnić marzenia, obudzić zmysły” i poczuć „wio-

senne przebudzenie” - bo takie doznania obiecuje swoim gościom w reklamie hotel Heron.

Jeszcze w czwartek spotkanie owiane było tajemnicą. Wczoraj próbowaliśmy się skontaktować z prezesem KHK Tadeuszem Trzmielem. Bezskutecznie. A gdy zadaliśmy pytania na temat wyjazdu, nagle Urząd Miasta Krakowa oficjalnie poinformował o zorganizowaniu w Gródku seminarium „Gospodarka niskoemisyjna miasta Krakowa”.

- Hotel Heron został wybrany spośród kilku innych, małopolskich hoteli, gdyż przedstawił najlepszą ofertę organizacji spotkania. Nie bez znaczenia jest także niewielka odległość Gródka od Krakowa - podkreśla rzeczniczka KHK. To ostatnie wyjaśnienie może dziwić, bo owa niewielka odległość to ok. 90 kilometrów. © P

# Zabił w Miechowie, ma do odbycia wyrok 15 lat



**Oskarżony Arkadiusz K. przekonywał, że nie ma nic wspólnego z zabójstwem. Mówił, że sprawcą jest jego bliski kolega**

## Kraków, Miechów

Artur Drożdżak  
a.drozdzak@gk.pl

**Szczupły, średniego wzrostu, z zaczesanymi włosami, 48-letni Arkadiusz K. zaprzeczał przed sądem, by dokonał zabójstwa w Miechowie. Sąd mu nie uwierzył.**

- Znajomego Andrzeja P. pobił kołkiem po całym ciele mój kolega Darek, a potem i mnie strążył tym narzędziem - opowiadał oskarżony.

Jego proces skończył się przed Sądem Okręgowym w Krakowie i Arkadiusz K. został skazany na 15 lat więzienia. Wyrok ma odbywać w systemie terapeutycznym. Zapłaci też 5 tys. rodzinie zabitego.

Prokuratura uważała, że mężczyzna dopuścił się zabójstwa z motywacji zaskarżonej na szczególne potępienie. Między 26 a 27 marca 2018 r. drewnianym stylem od kilofa zabił kolegę, gdy ten nie reagował na żądanie oddania 50 zł, papierosów i alkoholu.

Obrażenia, jakie odnotował biegły na sekcji 63-latk, były tak rozległe, jakby potrafił go rozpedzony autobus. Andrzej

P. miał połamane prawie wszystkie żebra, złamaną kość udową, miednicę i kręgosłup.

Około północy jeden z uczestników libacji i zobaczył pokrzywdzonego leżącego na podłodze, a gdy zdał sobie sprawę, że nie daje on oznak życia, wezwał karetkę pogotowia oraz zawiadomił policję.

Arkadiusz K. zaprzeczał zarzutom. Opowiadał na sali rozpraw, że tamtego dnia pił alkohol z Andrzejem P., potem znaleźli się w mieszkaniu znajomego. Andrzej P. tam przykrył się kocem i usnął na podłodze. W pewnej chwili, według relacji oskarżonego, to jeden z obecnych mężczyzn, czyli Dariusz S., zaatakował pokrzywdzonego drewnianym kołkiem. I to Dariusz S. domagał się od pokrzywdzonego zwrotu gotówki przekazanej na zakup papierosów i alkoholu - twierdził oskarżony.

Ostatecznie w wyroku sąd nie przyjął kwalifikowanej formy zabójstwa, za co groziło mężczyźnie co najmniej 12 lat więzienia.

Skazując Arkadiusza K. sąd uznał za to, że zbrodni dopuścił się w warunkach recydywy. Orzeczenie nie jest prawomocne. © P

REKLAMA

008950415

## OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U.2018.1474) oraz art. 10 §1 i art. 49 ustawy z 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.2018.2096 ze zm.)

## WOJEWODA MAŁOPOLSKI

**zawiadamia, że na wniosek inwestora – Zarządu Województwa Małopolskiego w dniu 18 lutego 2019 r. została wydana decyzja Wojewody Małopolskiego Nr 04/2019, znak: WIXI.7820.1.65.2018.MS, o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: Rozbudowa odcinka drogi wojewódzkiej nr 781 klasy G, na odc. ref. 220 od km 0+532 do km 0+610 wraz z rozbiórką istniejącego mostu i budową nowego mostu nad rzeką Wieprzówka oraz niezbędną infrastrukturą w m. Andrychów, gminie Andrychów, powiat wadowicki, województwo małopolskie, której nadany został rygor natychmiastowej wykonalności.**

Projektowana inwestycja planowana jest do realizacji w miejscowości Andrychów, gmina Andrychów, powiat wadowicki, województwo małopolskie, na niżej wymienionych działkach ewidencyjnych, które znajdują się:

- między liniami rozgraniczającymi teren projektowanego pasa drogi wojewódzkiej nr 781** (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i jest przeznaczona pod drogę, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):  
- jednostka ewidencyjna 121801\_4 Andrychów-Miasto, **obręb 0001 Andrychów Miasto:**  
6715, 6714/1 (6714), 1112/6 (1112/3), 1112/8 (1112/2) oraz na częściach działek drogowych o numerach: 1830/1, 1919/30, 1919/34;
- granicach terenu objętego obowiązkiem i terminem rozbiórki istniejących obiektów budowlanych nieprzewidzianych do dalszego użytkowania** (odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część zostaje objęta ww. obowiązkiem, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):  
- jednostka ewidencyjna 121801\_4 Andrychów-Miasto, **obręb 0001 Andrychów Miasto:**  
1112/7 (1112/3);
- granicach terenu objętego obowiązkiem budowy sieci uzbrojenia terenu** (odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi – przed nawiasem podano numer działki, która powstaje w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część zostaje objęta ww. obowiązkiem, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):  
- jednostka ewidencyjna 121801\_4 Andrychów-Miasto, **obręb 0001 Andrychów Miasto:**  
6714/2 (6714), 1112/7 (1112/3);
- granicach terenu niezbędnego dla realizacji inwestycji – teren wód płynących** – zgodnie z art. 20a ust. 1 ustaw o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych, na części działki o numerze:  
- jednostka ewidencyjna 121801\_4 Andrychów-Miasto, **obręb 0001 Andrychów Miasto:**  
1920/85.

Decyzja zawiera rozstrzygnięcia w zakresie udzielenia zezwolenia na realizację ww. inwestycji drogowej, w tym w szczególności dotyczące: ustalenia linii rozgraniczających teren planowanej inwestycji; ustalenia obowiązku budowy sieci uzbrojenia terenu; ustalenia obowiązku i terminu rozbiórki istniejących obiektów budowlanych nieprzewidzianych do dalszego użytkowania; określenia terenu niezbędnego do realizacji inwestycji - terenu wód płynących; określenia terminu użytkowania i rozbiórki tymczasowych obiektów budowlanych; zatwierdzenia podziału nieruchomości; oznaczenia nieruchomości, które stają się własnością Województwa Małopolskiego; zatwierdzenia projektu budowlanego; określenia szczególnych warunków zabezpieczenia terenu budowy i prowadzenia robót budowlanych; określenia szczegółowych wymagań dotyczących nadzoru na budowie oraz określenia terminu wydania nieruchomości położonych w liniach rozgraniczających teren planowanej inwestycji na 121. dzień od dnia, w którym decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej stanie się ostateczna.

Ww. decyzji został nadany rygor natychmiastowej wykonalności.

Decyzja, orej został nadany natychmiastowej wykonalności, z art. 17 ust. 3 ustawy o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych, zobowiązuje do niezwłocznego wydania nieruchomości, opróżnienia lokali i innych pomieszczeń, uprawnia do faktycznego objęcia nieruchomości w posiadanie przez właściwego zarządcę drogi oraz uprawnia do rozpoczęcia robót budowlanych.

Strony postępowania mogą zapoznać się z treścią ww. decyzji w Oddziale Administracji Architektoniczno-Budowlanej i Instancji Wydziału Infrastruktury Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie przy ul. Basztowej 22, pokój nr 17 (parter), od poniedziałku do piątku w godzinach pracy Urzędu (zaleca się godz. 11.00-14.00) lub uzyskać informację pod numerem tel. 12 39 21 509.

Od ww. decyzji służy stronom prawo wniesienia odwołania do Ministra Inwestycji i Rozwoju za pośrednictwem organu wydającego decyzję, tj. Wojewody Małopolskiego (ul. Basztowa 22, 31156 Kraków), w terminie 14 dni od daty jej doręczenia.

Wyjaśnia się, że doręczenie ww. decyzji uważa się za dokonane w dniu odbioru decyzji przez wnioskodawców, a dla pozostałych stron po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. ukazania się obwieszczenia o wydaniu ww. decyzji, zgodnie z art. 49 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego.

W trakcie biegu terminu do wniesienia odwołania strona może zrzec się prawa do wniesienia odwołania. Z dniem doręczenia Wojewodzie Małopolskiemu oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna.

REKLAMA

008924927

Specjalistyczne Centrum Diagnostyczno-Zabiegowe

**MEDICINA**

TUV SUD

❖ SZEROKI ZAKRES BADAŃ I KONSULTACJI SPECJALISTYCZNYCH

❖ ZABIEGI OPERACYJNE Z POBYTEM W WARUNKACH SZPITALNYCH

❖ ENDOSKOPIA PRZEWODU POKARMOWEGO

❖ MAMMOGRAFIA, RTG, USG

❖ MEDYCYNĄ PRACY

ul. BARSKA 12  
12 266 96 65  
12 266 50 62

ul. GRZEGÓRZECKA 67C  
12 345 70 01 do 05  
800 909 400

ul. ROGOZIŃSKIEGO 5  
12 417 35 44  
12 417 33 11

# Małgorzata Foremniak chciałaby się do kogoś przytulić

Choć za młodu była zakompleksioną nastolatką, z czasem wyrosła na prawdziwą piękność. Nie miała jednak szczęścia do mężczyzn: pierwszego ona zostawiła, a drugi zostawił ją. Kiedy dzieci dorosły i wyszły z domu, poczuła się samotna

## Gwiazda

Paweł Gzyl  
p.gzyl@gk.pl

Jedni nazywają ją „polską Michelle Pfeiffer”, a inni – „polską Marilyn Monroe”. Jak sama twierdzi, urodę zawdzięcza dobremu genom. W przeciwieństwie do innych aktorek w jej wieku nie musi sięgać po zdobycze medycyny estetycznej. Mimo że przekroczyła już pięćdziesiątkę, nadal cieszy się świetną kondycją.

– W życiu potrzebny jest balans pomiędzy duchem a materią. Jesteśmy energią obleczoną w ciało, dlatego należy mocno stąpać po ziemi, korzystając z jej dóbr w sposób mądry, umysł mieć wypełniony wartościami, które budują nasze człowieczeństwo, dają motywację do stawania się lepszymi, do tworzenia piękna, harmonii, czynienia dobra, bo nie istnieje dobro, kiedy go nie czynimy – deklaruje w „Urodzie Życia”.

\*\*\*

Urodziła się i wychowała w niewielkiej miejscowości Jedlińsk pod Radomiem. W domu była trójka rodzeństwa – i każde dziecko od małego było przyzwyczajane do pomagania rodzicom. Mała Małgosia sprzątała w domu, pomagała w ogródku, robiła prasowanie i gotowała obiady.

– Cała nasza trójka miała jeden mały pokój. Tata zrobił nam garaż, w którym każde miało miejsce na ubrania i zamykaną szafkę, gdzie był jego świat, skarby. Pamiętam, jak czekałam na rzeczy, które zużyje siostra i ich nie będzie chciała. Zużyje... dosłownie. Miała golf, tyle już razy prany i przepasowany, że dzisiaj nikt by go nie włożył, a ja czekałam na ten golf jak na wspaniałą rzecz – wspomina w „Twoim Stylu”.

Pieniądze w domu Foremniaków szły przede wszystkim na najpotrzebniejsze rzeczy – ubrania i edukację. Małgosia pierwszy raz



FOT. PIOTR HUKALO

– Cieszę się, gdy znajduję chwilę, by posiedzieć w domu z książką, porozmawiać z przyjaciółmi. Uwielbiam wyjeżdżać na wieś sama. Jestem tylko ja, przyroda i moje zwierzęta – mówi aktorka

w życiu była w kawiarni, gdy skończyła osiemnaście lat. Dostała od taty kieszonkowe – i pojechała do Radomia, bo w Jedlińsku żadnej nie było. Nic dziwnego, że zarówno w podstawówce, jak i w lice-

um była bardzo dobrą uczennicą. Miała kłopoty z cerą – i to czyniło z niej nieco nieśmiałą i zakompleksioną nastolatkę. Ale kiedy w szkole trzeba było wystąpić na jakimś akademii – wyrwała się

do tego jako pierwsza. Pasję do recytowania i występowania dzieliła z trójką przyjaciół. I kiedy one wpadły na pomysł, aby zdawać po maturze do szkoły aktorskiej, postanowiła również

pojechać na egzamin. Ku jej zdziwieniu koleżanki odpadły – a ona zdała.

\*\*\*

Gdy pierwszego dnia nauki zjawiła się w szkole, na widok pięknych koleżanek i przystojnych kolegów, pomyślała: „Rany boskie, co to będzie?!”. Cezary Pazura, który był wtedy na trzecim roku „filmówki”, polecił Małgosi na „fuksońce” napisać list pełen „soczystych inwektyw” pod swoim adresem. Dziewczyna niespecjalnie sobie z tym poradziła – dlatego musiała w zamian wyjść na scenę i... sygnąć wiązaną pełną brzydkich słów. Z czasem Małgosia nabrała jednak pewności siebie i rozkochała w sobie większość kolegów z uczelni.

– Byłam na drugim roku studiów, kiedy zagrałam w „Kingsajzie”. Przewinęłam się przez ekran jakieś trzy minuty. Byłam z tego bardzo dumna. Robiłam za piękność. Kończyłam łódzką szkołę filmową, więc miałam znacznie krótszą drogę, by stanąć przed kamerą. W Łodzi działała wtedy prężnie wytwórnia, która realizowała niemal wszystkie polskie filmy. Z łezką w oku wspominał tamte czasy – opowiada w Interii.

Małgosia nigdy nie miała głowy do imprez. Wprost przeciwnie: już w połowie studiów zaczęła marzyć o tym, aby wyjść za mąż i urodzić dziecko. Niebawem wyszła więc za kolegę z roku – Tomasza Jędruszcza. Ponieważ profesorowie zaliczyli jej występ w Teatrze Telewizji jako pracę dyplomową, po trzecim roku przeprowadziła się do Radomia i zaczęła występować w tamtejszym teatrze.

Niestety: szybko okazało się, że małżeństwo było pomysłem. Małgosia postanowiła postawić wszystko na jedną kartę: spakowała siebie i córkę, pojechała do Warszawy i wynajęła kawalerkę. Los się do niej wtedy uśmiechnął: dostała etat w Teatrze Kwadrat i zaczęła grać kolejne role

w popularnych serialach telewizyjnych. Długo nie była sama. Szybko wpadła w oko jednemu z najpopularniejszych w latach 90. reżyserów – Waldemerowi Dziukiemu. Mężczyzna zostawił dla niej żonę i dziecko – i przeprowadził się do swojej nowej wybranki.

\*\*\*

Kiedy córka Małgosi miała dwanaście lat – niemal uległa zaccadzeniu. Trafiła do szpitala, a tam zaprzyjaźniła się ze swoją rówieśnicą, która wychowywała się w domu dziecka. Dziewczynki tak bardzo przypadły sobie do gustu, że Małgosia i Waldemar postanowili adoptować nową koleżankę swej córki i jej brata.

– Nikt nas nie powstrzymał, nie powiedział: „Proszę państwa, to wspaniały odruch serca, ale przy pracy, którą wykonujecie, czasie, którym dysponujecie, i przy obciążeniach tych dzieci to jest wyzwanie wymagające olbrzymiego przygotowania”. Prawie dwa lata nie wychodziłam z poradni psychologicznych. To było trudne, taka sytuacja uderza rykoszetem i w związek, i w rodzone dzieci – wspomina w „Twoim Stylu”.

Być może sprawiły to rodzinne problemy – ale Dziki ostatecznie zostawił Małgosię z trójką dzieci i odszedł do innej kobiety. Aktorka popadła w depresję. Momentami czuła, że nie ma siły wstać z łóżka i wyjść z domu, ale kiedy przychodził czas spektaklu zmuszała się i wkraczała na scenę. Nie pomógł jej nawet romans z młodszym mężczyzną – tancerzem Rafałem Maserakiem, z którym wystąpiła w „Tańcu z gwiazdami”. Powoli jednak wyszła na prostą. Dzisiaj sobie radzi, choć przyznaje, że samotność jednak jej doskwiera.

– Czasem bardzo mi brakuje czyjejś obecności. Zwłaszcza w takich momentach, gdy wracam wieczorem zmęczona z planu albo ze spektaklu. Mam w sobie dużo emocji. I fajnie by było do kogoś się przytulić, napić wina i porozmawiać – wyznaje.

## MAŁGORZATA FOREMNIAK

Polska aktorka teatralna, kinowa i telewizyjna. Absolwentka VI Liceum Ogólnokształcącego w Radomiu. W 1989 roku ukończyła studia na Wydziale Aktorskim PWSFTiT w Łodzi. Debiutowała w Teatrze im. Jana Kochanowskiego w Radomiu, gdzie występowała do 1992 roku. W latach 1993–1999 związana była z warszawskim Teatrem Kwadrat. Na dużym ekranie zadebiutowała w 1990 roku w filmie „In flagranti”. Najbardziej znana jest z seriali: „Bank nie z tej ziemi”, „Radio Romans”, „Matki, żony i kochanki”, „Tajemnica Sagali”, „Na dobre i na złe”, „Ekstradycja”, „Sława i chwała”, „I kto tu rządzi?”. Występowała również w filmach, takich jak: „Quo vadis”, „Pitbull”, „Och, Karol 2” czy „Sługi Boże”. Z powodzeniem wzięła udział w „Tańcu z gwiazdami” (drugie miejsce). Podczas VIII Festiwalu Gwiazd w Międzyzdrojach odcięła swą dłoń na Promenadzie Gwiazd. Jest Ambasadorką Dobrej Woli UNICEF.



FOT. SZYMON STARNAWSKI

# Jak rozmawiać z zakochanym nastolatkiem?

Psycholog mówi, że rodzice, w okresie gdy nastolatek się zakocha, **dowiedzą się o tym, jaką relację z nim zbudowali**

## Rodzina

Magdalena  
Baranowska-Szczepańska  
redakcja@gk.pl

Rozmowa z psychologiem z Kliniki Uniwersytetu SWPS Maciejem Oszyńskim, terapeutą rodzin - o tym, jak rozmawiać z zakochanym nastolatkiem.

**Pierwsza miłość to ważny moment w życiu nastolatka i dość poważne wyzwanie dla rodziców. W domu dochodzi do różnych sytuacji, dziecko zachowuje się inaczej, a rodzice bywają zdezorientowani. Jak zatem rozmawiać z zakochanym uczniem, który zbyt mocno buja w obłokach?**

Rodzice powinni przyjąć, że bujanie w obłokach jest częścią zakochania i przechodzi zakochanym wcześniej czy później. Pierwsze zakochanie to sytuacja tworzenia się pierwszych wdrów, tworzenia się wzorca, który stanie się punktem odniesienia dla dalszych wzorców.

**Niektórzy z nas przez całe życie wracają do pierwszej miłości i nadają jej szczególne znaczenie.**

Właśnie, dlatego też ważne jest, by rodzice uszanowali ten stan, nie umniejszali jego znaczenia i nie ironizowali wokół tego tematu, zadając na przykład pytania - to co zostaną teściowami? Zadaniem każdego nastolatka jest poznać samego siebie w relacjach z innymi, określić własne granice, rolę, które się przyjmuje w związkach. Zakochanie się jest częścią tego poznawania siebie oraz innych. Każde pokolenie samo musi się nauczyć, co to znaczy być w bliskich relacjach, jak radzić sobie z bliskością i jej brakiem. Pomoc rodzica może polegać na utrzymaniu kontaktu ze swoją córką czy synem, ale nie powinna polegać na doradzaniu czy podejmowaniu decyzji za dziecko. Rodzic może podzielić się własnym doświadczeniem, wyjaśnić pewne mechanizmy, które dzieją się w tym okresie. Przede wszystkim powinien dawać przyzwolenie na radość czy smutek, które się z byciem zakocha-



Pomoc rodzica powinna polegać nie na doradzaniu, ale na utrzymaniu kontaktu z dzieckiem

nym wiązać. W tym zawiera się również stan określany „bujaniem w obłokach”. Zadaniem rodziców jest również rozstać się z tą relacją z nastolatkiem, która właśnie się kończy. Aby być zdrowy, musi nawiązać bliską relację z kimś innym niż rodzice. I ta chwila jest bardzo trudna dla rodziców, którzy czasami chcą widzieć w córce czy synu ciągle to małe dziecko, z którym byli tak bardzo związani. Zakochanie to równocześnie proces budowania relacji z kimś, w kim nastolatek się zakochał i proces przeformułowywania relacji z rodzicami. To w każdym razie poważny krok nastolatka ku dorosłości.

**Czy w takich sytuacjach działa zasada, że z chłopcami powinni rozmawiać o tak zwanych męskich sprawach ojcowie, a z dziewczynami o miłości matki?**

Przede wszystkim rodzice, w okresie, gdy nastolatek się zakocha, dowiedzą się o tym, jaką relację z nim zbudowali. Ważne jest, z którym z rodziców on czy ona nawiąże kontakt, zada pytanie czy podzieli się własnymi przeżyciami. Poza tym oboje rodzice mogą prowadzić takie rozmowy. Skorzysta sam nastolatek, poznając różne punkty widzenia. Skorzystają również sami rodzice, bo będą mogli podzielić się swoimi przemyśleniami i wzmocnić relację ze swoim potomkiem.

**A może dobrym sposobem jest np. ignorowanie tego i udawanie, że niczego się nie widzi?**

Ignorowanie jest próbą niebrania pod uwagę tego, że dzieje się coś ważnego. Nastolatek może odebrać to jako brak zainteresowania nim czy po prostu odrzucenie. Jest ważne, by z zakochanym nastolatkiem rozmawiać,

traktować jego stan jak coś bardzo ważnego. Ważne jest również pozostawienie nastolatkowi obszaru autonomii w sprawie swoich relacji z innymi. Zadaniem rodzica jest przygotować dziecko do życia, a nie przeżywanie życia za niego. Rodzice mają okazję poznać coś, co dla córki czy syna jest w danym momencie najważniejszą rzeczą na świecie. Jednak muszą pamiętać, że dla zdrowia swojego nastolatka ich zainteresowanie i ingerencja w sytuację powinna mieć granice. Francuski neurobiolog Boris Cyrulnik powiedział kiedyś - „dobra ochrona to jest ochrona przed nadmierną traumą i ochrona przed nadmiernym chronieniem”. Rodzice powinni o tym zawsze pamiętać i zadawać sobie pytanie o to, w jakich granicach mieć się ich zaangażowanie?

**Jak się zachowywać, gdy pierwsza miłość się skończy, jak pomóc córce czy synowi ze złamanym sercem?**

To, co mogą najlepszego zrobić rodzice, to dać przyzwolenie, by nastolatek mógł przeżyć koniec związku. Musi się on rozstać ze swoimi marzeniami, przeżyciami czy oczekiwaniami wobec innych. Tylko w ten sposób może nauczyć się czegoś o sobie samym oraz o swoich relacjach z innymi. Relacja z rodzicami może dawać bezpieczeństwo i co bardzo ważne może dawać inną perspektywę spojrzenia na swoją sytuację. W ten sposób rodzice mogą wesprzeć nastolatka w radzeniu sobie z czymś, co w relacjach pewnie nie raz ich jeszcze spotka. Ważne, by nastolatek uczył się, kim jest i jak buduje relacje z innymi. Na tej drodze będzie popełniał czasami bolesne błędy, ale nikt go w tym nie jest w stanie zastąpić. Im bardziej rodzice będą ufali w jego siły i przyjmowali trudny utraty miłości za coś normalnego, tym nastolatek ma większe szanse poradzić sobie z sytuacją i wyjść z niej bogatszy i bardziej dojrzały.

## WARTO WIEDZIEĆ

### MŁODZI CORAZ WCZĘSNIEJ ROZPOCZYNAJĄ ŻYCIE SEKSUALNE

17 lat i 4 miesiące - taki jest średni wiek odbywania pierwszego stosunku seksualnego. Tak wynika z badania, jakie dwa lata temu przeprowadziło Centrum Profilaktyki Społecznej. Najniższy wiek odbycia pierwszego stosunku, jaki został wpisany w tej ogólnopolskiej ankiecie przeprowadzanej wśród młodych mieszkańców miast i wsi, wynosił raptem 13 lat i 6 miesięcy. W identycznym badaniu z 2011 roku wiek inicjacji seksualnej był wyższy i wynosił 18 lat i 1 miesiąc.

## WARTO WIEDZIEĆ

Józefa  
Piotrowska-Strigl  
redakcja@gk.pl



### Zmiana limitów dorabiania

● **Mirosław: Czy wraz z waloryzacją zmieniły się w marcu limity dorabiania wcześniejszych emerytów?**

- Od 1 marca br. pierwszy próg limitu (70 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia) wynosi 3404,70 zł. Drugi - jeżeli przychód przekroczy 6322,90 zł (130 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia) wypłata świadczenia zostanie wstrzymana. Osoba pobierająca rentę socjalną nie może osiągać przychodu w danym miesiącu wyższego niż 3404,70 zł.

### Wyższy odpis na ZFŚS

● **Agata: Ile trzeba przekazać w tym roku na Zakładowy Fundusz Świadczeń Socjalnych?**

- Odpisy na pracownika wynoszą: ● 1229,30 zł - zatrudnionego w tzw. normalnych warunkach pracy, ● 1639,07 zł - wykonującego prace w szczególnych warunkach lub prace o szczególnym charakterze, ● pracownika młodocianego: 163,91 zł - I rok nauki, 196,69 zł - II rok nauki, 229,47 zł - III rok nauki.

### Podatek rolny i leśny w 2019 r.

● **Adam: Z jakimi kwotami podatków - rolnego i leśnego - należy się liczyć w tym roku?**

- W br. podatek rolny wyniesie: ● 135,90 zł od 1 ha przeliczeniowego gruntów gospodarstw rolnych, ● 271,80 zł od 1 ha gruntów pozostałych. Natomiast podatek leśny w 2019 roku wyniesie 42,24 zł od 1 ha.

### Konto bankowe dla dziecka

● **Maria: Nasze małe dzieci systematycznie otrzymują od nas, rodziców, a także od dziadków kieszonkowe. Chciałyby te pieniądze lokować w banku na swoje konta i nimi samodzielnie dysponować. Czy jest to możliwe?**

- Większość polskich banków dopuszcza możliwość posiadania konta przez dziecko, które ukończyło 13. rok życia, pod warunkiem, że zgodę na otwarcie rachunku bankowego wyrazi rodzic lub opiekun prawny. Po dokonaniu formalności dziecko może samo dysponować gotówką zgromadzoną na koncie, tj. wpłacać i wypłacać pieniądze, korzystać z karty debetowej.

### Nadgodziny tylko na polecenie szefa

● **Katarzyna: Czy o pracy w godzinach nadliczbowych kierowcy decyduje wyłącznie pracodawca?**

- Tak. O konieczności wykonywania pracy w godzinach nadliczbowych kierowcy może decydować wyłącznie pracodawca.



**DZIENNIK POLSKI**  
ZAPRASZA NA

**V FORUM  
SENIORA**

**SENIOR  
WIECZNIE  
MŁODY**

Kraków,  
**4 kwietnia 2019 r.**  
**godz. 10:00**

Auditorium Maximum UJ  
ul. Krupnicza 33

*forum*  
**seniora**

## Będziemy rozmawiać o:

- o potrzebach i emocjach osób starszych
- o dbaniu o odporność wśród seniorów
- o zapobieganiu chorobom kręgosłupa
- o istocie uprawiania sportu w każdym wieku

Wymagana rejestracja telefoniczna:

**12 688 84 25**

(od 4.03 w godz. 10:00 – 15:00)

lub elektroniczna na adres mailowy:

**marta.sobolewska@polskapress.pl**

**WSTĘP** BEZPŁATNY!

Patronaty honorowe:

**JM Rektor Uniwersytetu Jagiellońskiego prof. dr hab. med. Wojciech Nowak,  
Marszałek Województwa Małopolskiego Witold Kozłowski**

Organizator:

Partnerzy:

**DZIENNIK POLSKI**

  
UNIWERSYTET JAGIELLOŃSKI  
W KRAKOWIE

  
MAŁOPOLSKA

**NFZ**  
Narodowy Fundusz Zdrowia

**Grzyby**Hanna Wiecek  
redakcja@gk.pl

**P**ieczarki, boczniki, shiitake (twardnik japoński), grzyby mun są dzisiaj dostępne właściwie przez cały rok. A tradycyjne polskie grzyby, takie jak kurki, borowiki czy podgrzybki możemy kupić „na mrożonkach” w większości dużych sklepów. Wielu z nas sięga po nie niechętnie, bo jak nas uczono, grzyby są ciężkostrawne i właściwie nie mają pozytywnych dla człowieka wartości. Oczywiście oprócz smaku, ten jest przecież rewelacyjny.

Okazuje się, że to nie jest do końca prawda. Naukowcy twierdzą bowiem, że grzyby to nutraceutyki, czyli produkty spożywcze, które mają cechy środków farmaceutycznych. W sumie opisano 125 funkcji medycznych grzybów. Oprócz innych zalet mają właściwości antybakteryjne i pozytywnie wpływają na ogólną odporność organizmu.

No dobrze, leki lekami, a co nam może dać jedzenie grzybów? Otóż są one źródłem witaminy D3, C, PP czy witamin z grupy B. Zawierają też makroskładniki, takie jak potas, magnez i wapń. Podobno zawierają ich 10 razy więcej niż warzywa i owoce! Wypada też wspomnieć o błonniku i chitynie, które nie tylko wspomagają trawienie, ale też mają działanie oczyszczające jelita. I na koniec najważniejsze – zawierają lekkostrawne białko, które budową najbardziej przypomina to, jakie można znaleźć w mięsie.

Czy grzyby są ciężkostrawne? I tak, i nie. Bo jak twierdzą fachowcy, ciężkostrawna jest w nich chityna

# GRZYBY: NIE TAKIE STRASZNE, JAK JE MALUJĄ

Coraz częściej można usłyszeć, że warto **jeść grzyby**. I to nie dla ich smaku

(substancją, z której zbudowane są pancerze stawonogów). Problem zniknie, jeśli poddamy grzyby odpowiedniej obróbce termicznej. Tak więc bez większych problemów powinniśmy strawić duszone grzyby, które pokroiliśmy na mniejsze kawałki. Dotyczy to przede wszystkim grzybów leśnych, bo z pieczarkami nie ma już takiego problemu. A smażone i marynowane? No cóż, te nie są, delikatnie mówiąc, najzdrowsze.

Dietetycy podkreślają, że grzybów nie należy podawać dzieciom co najmniej do ukończenia siedmiu lat, ale łagodzą nieco te rygory w przypadku pieczarek. Uważać powinny z nimi również osoby starsze, szczególnie, gdy cierpią na dolegliwości żołądkowe.

**SHIITAKE**

Ich polska nazwa brzmi twardnik japoński. Grzyby te są od wieków wykorzystywane w medycynie Dale-

kiego Wschodu. Shiitake to po pieczarkach najpopularniejsze uprawne grzyby na świecie. Ich zwolennicy uważają, że mają np. zbawienny wpływ na nadciśnienie i miażdżycę, wzmacniają kości i zęby... Nie mogą ich jeść, podobnie jak innych grzybów, osoby cierpiące na podagrę oraz kamienie nerkowe. Spożywane w nadmiarze mogą wywołać wzdęcia i biegunkę.

Shiitake nadają się na zupy, sosy, do sałatek oraz do potraw warzywnych. Świetnie smakują z makaronami i ryżem. Nie można ich gotować zbyt długo, ponieważ stają się twarde.

**GRZYBY MUN**

Zwany uszakiem bżowym jest ceniony w kuchni chińskiej i japońskiej. W Chinach uważany za roślinę leczniczą, która ma pomagać na wiele schorzeń (np. zawarte w nich związki podobno łagodzą ob-

jawy przebiegów i chorób płuc). W Polsce można kupić suszone grzyby mun (uwaga, po namoczeniu zwiększają pięciokrotnie objętość!). W kuchni chińskiej dodaje się je do sajgonów, kurczaka, kaczki czy wołowiny po chińsku. Po obróbce termicznej mają charakterystyczną konsystencję (trzaskają w zębach). Same nie mają zbyt wyrazistego smaku, ale świetnie pochłaniają smaki potrawy, do której je dodajemy.

**BOCZNIKI**

Jeśli nie mamy zaufania do egzotycznych grzybów, proponujemy boczniki. Także one podobno mają zbawienny wpływ na nasze zdrowie, np. ich regularne spożywanie obniża poziom cholesterolu i poprawia stan naczyń krwionośnych. Przy tym najsmaczniejsze są młode (małe) boczniki, starsze są nieco łykowate. Można je smażyć, gotować, dodawać do zup, sałatek i sosów. Niektórzy uważają, że świetnie imitują mięso i robią z nich falczki oraz kotlety.



## Flaczki z boczników każdy zje chętnie, podobnie jak wspaniałe kotlet

Zaczynamy od flaczków z boczników. Bardzo smaczne, można je podać z jajkami gotowanymi na twardo.

**Składniki:**  
**500 g boczników, 2 marchewki, pietruszka, pół selera, por, 2 cebule, 3-4 szklanki bulionu warzywnego, 4 łyżki masła, łyżka oleju, 2 ziarna ziela angielskiego, 4 ziarna pieprzu, natka pietruszki.**

Płuczemy boczniki pod bieżącą zimną wodą, odsączmy je, układamy

blaszkami do dołu i kroimy w średniej wielkości paski. Obieramy marchewkę, pietruszkę, selera i kroimy je w słupki, pora w talarki. Warzywa i boczniki podsmażamy chwilę na maśle z olejem. Gdy zmiękną, przekładamy je do garnka, zalewamy bulionem, dodajemy przyprawy i dusimy 20-30 minut. Jeśli zupa jest zbyt rzadka, można dodać do niej odrobinę śmietany i mąki. Flaczki z boczników podajemy z posiekaną natką pie-

truszek. Teraz czas na kotlety z boczników.

**Składniki:**  
**boczniki, jajko, otręby pszenne, bułka tarta, sól, pieprz, olej do smażenia**

Na jednym talerzu bułkę tartą mieszamy z otrębami, na drugim roztrzepujemy jajko (ja dodaję parę kropli mleka), sól oraz pieprz. Umyte i osuszone boczniki zanurzamy w jajku, a później panierujemy w bułce tartej z otrębami. Tak przygotowa-

ne smażymy na rozgrzanym oleju. Podajemy na gorąco z ziemniakami i surówką. Świetnym dodatkiem do ryżu i makaronu jest sos z boczników.

**Składniki:**  
**cebula, łyżka oleju, 2 łyżki śmietany, łyżka masła, 200 g boczników, sól, pieprz, sos sojowy do smaku, szczypta słodkiej, mielonej papryki, mąka do zagęszczenia**

Boczniki myjemy pod bieżącą wodą, osuszamy i kroimy w kostkę. Szklimy na oleju

drobno posiekaną cebulę, dodajemy boczniki i masło. Chwilę podsmażamy grzyby, dodajemy 2-3 łyżki wody i dusimy całość przez 5 minut. Do śmietany dodajemy łyżkę mąki oraz paprykę i wlewamy do sosu, doprowadzamy do wrzenia, zmniejszamy ogień i dodajemy przyprawy. Chwilę gotujemy. Sos świetnie smakuje z ryżem lub makaronem. Można go również podać do dań mięsnych. Smacznego! *Przepis na sos ze strony winiary.pl* (HAN)



FOT. PIXABAY

### WARTO WIEDZIEĆ

#### JAK CZYŚCIĆ PIECZARKI

Pieczarki to jedne z niewielu grzybów, które możemy jeść na surowo. W tej formie doskonale sprawdzają się w sałatkach (sporo osób decyduje się na blanszowane pieczarki, zamiast surowych). Takie pieczarki myjemy, a następnie obieramy. Pamiętajmy przy tym, że do sałatki dodajemy same kapelusze. Natomiast pieczarek nie musimy obierać, jeśli chcemy je usmażyć, ugotować lub uduśić. Wtedy wystarczy je umyć pod bieżącą wodą. Część speców od gotowania uważa, że podczas mycia „wypłukujemy” smak z pieczarek, więc zamiast tego proponują, by czyścić ich kapelusze papierowym ręcznikiem i suchą szcztoteczką. Przyznaję, że ja odkręcam kran i myję pieczarki.

#### MOCZENIE SUSZONYCH GRZYBÓW

■ Zaczniemy od grzybów mun, ponieważ w Polsce dostępne są praktycznie tylko suszone. Grzyby mun moczymy 20-30 minut w zimnej wodzie. Uwaga: wodę wlewamy do większego naczynia, ponieważ pięciokrotnie zwiększają swoją objętość.

■ Podobnie postępujemy z suszonymi grzybami shiitake (choć można spotkać również opinie, że najlepiej moczyć je przez całą noc, inaczej nadal będą twarde).

■ Często zamiast leśnych grzybów mrożonych (naszych polskich) wybieramy suszone. Przed gotowaniem należy je oczyścić i namoczyć. Suszone grzyby płuczemy w wodzie i zalewamy wodą, tak by je przykryła. Moczymy przez kilka godzin (możemy przez całą noc). Grzyby wyjmujemy z wody, w której je moczyliśmy, ale wody nie wylewamy. Przelewamy ją przez lnianą ściereczkę (ja używam do tego celu tetrowej pieluchy), by pozbyć się zanieczyszczeń, np. piasku. Przecedzoną wodę wlewamy do garnka i gotujemy w niej namoczone grzyby.

■ Na jednym z blogów znalazłam informację, że w niektórych przepisach z kuchni staropolskiej zaleca się moczenie grzybów w mleku. Odnótowuję to, ale sama nigdy nie próbowałam tej metody.

■ Wody z gotowania grzybów nie wylewamy. Jest doskonałym dodatkiem do zup i sosów. Niektórzy nawet mrożą ją (w woreczkach do lodu) i dodają mrożone kostki do różnych gotowanych właśnie potraw. (HAN)



FOT. PIXABAY



FOT. MATERIAŁY PRASOWE OSM PIĄTNICA



FOT. MATERIAŁY PRASOWE BERGER.BIZ.PL

Grzyby świetnie nadają się do farszu. Podobno prawdziwe sajgonki nie mogą się obyć bez grzybków mun. Tym razem zapraszam na paszteciki, naleśniki i wytrawne muffinki z pieczarkami. **Smacznego!**

#### Paszteciki z pieczarkami smakują wyśmienicie

**Składniki na ciasto:**

**500 g mąki pszennej, 250 ml letniego mleka, 5 g drożdży instant, jajko do ciasta, jajko do posmarowania pasztecików, 2 łyżki oleju, łyżeczka soli**

**Składniki na farsz**

**800 g pieczarek, 2 cebule, sól, pieprz do smaku, olej do smażenia**

Zaczynamy od przygotowania farszu. Umyte i osuszone pieczarki (możemy je także obrać) kroimy na drobną kostkę, cebulę drobno siekamy. Szklimy cebulę na patelni i dodajemy pieczarki. Kiedy się zrumienią, doprawiamy do smaku. Farsz odstawiamy, by przestygł. Zabieramy się za przygotowanie ciasta. Wyrabiamy przesianą mąkę, sól, drożdże, mleko i jajko, pod koniec dodajemy olej i wyrabiamy, aż ciasto będzie gładkie i elastyczne. Formujemy z niego kulę i odstawiamy, by wyrosło (mniej więcej na godzinę). Kiedy podwoi swoją objętość, przekładamy na stolnicę i wałkujemy na prostokąt o grubości około 0,5 cm. Ciasto kroimy na cztery grube paski, na każdy nakładamy farsz i rozsmarowujemy równomiernie, zostawiając wolne brzegi. Tak przygotowane paski zwijamy w rulon i przenosimy na blachę (zostawiamy odstęp pomiędzy nimi, ponieważ jeszcze urosną). Każdy rulon kroimy w poprzek co 4-5 cm. Paszteciki smarujemy roztrzepanym jajkiem i zostawiamy do wyrośnięcia na około 20 minut. Paszteciki pieczemy w piekarniku nagrzanym do 200 stopni C. przez ok. 20-25 min. Powinny mieć złocisty kolor.

#### Naleśniki z pieczarkami i mrożonymi podgrzybkami

**Składniki na farsz:**

**cebula, 500 g pieczarek, 500 g mrożonych podgrzybków, 150 ml śmietany 18-proc., 5-6 gałązek świeżego tymianku, 150 g sera żółtego, sól, pieprz czarny do smaku, olej rzepakowy 2 łyżki**

**Składniki na ciasto:**

**300 ml mleka, szklanka mąki, jajko, sól, cukier do smaku, olej do smażenia**

Cebulę kroimy w kostkę i lekko rumienimy na oleju. Dodajemy pokrojone w plasterki pieczarki i razem chwilę dusimy na wolnym ogniu. Podgrzybki zmyćmy, kroimy w cząstki, odgotowujemy w osolonej wodzie przez 2 minuty, odcędzamy i płuczemy pod zimną wodą. Następnie dodajemy gotowe podgrzybki do pieczarek i cebuli, doprawiamy solą, pieprzem, świeżym tymiankiem i dodajemy śmietanę. Całość doprowadzamy do wrzenia, często mieszając. Mieszmą (najlepiej mikserem) składniki na ciasto, odstawiamy na chwilę i smażymy naleśniki. Usmażonego naleśnika ponownie kładziemy na rozgrzanej patelni z odrobiną oleju. Na górę układamy 2-3 łyżki farszu i posypujemy startym serem. Boki naleśnika zawijamy do środka, patelnię przykrywamy pokrywką i na wolnym ogniu smażymy ok. 2-3 minuty. Tak przygotowane naleśniki podajemy z łyżką zimnej śmietany 18-proc.

● Przepis Roberta Muzyczki, szefa Kuchni Dworu Korona Karkonoszy i eksperta marki OSM Piątnica

#### Wytrawne muffinki z pieczarkami i kielbaskami

**Składniki na farsz:**

**3 pieczarki, 3 kielbaski, 50 g sera koziego, duża czerwona cebula, 2 jajka, natka pietruszki, sól i pieprz do smaku**

**Składniki na ciasto:**

**250 g mąki razowej, 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia, 5 łyżek jogurtu naturalnego, łyżeczka sody oczyszczonej, 150 ml oliwy z oliwek**

Kielbaski, pieczarki i cebulę pokroić w drobną kostkę. Podsmażamy na patelni, odstawiamy do ostygnięcia. Dodajemy pokruszony ser koziego i drobno posiekaną natkę pietruszki. Masę przyprawiamy do smaku solą i pieprzem. Mąkę przesiewamy do miski, dodajemy proszek do pieczenia i sodę oczyszczoną. Jaja mieszamy z jogurtem naturalnym oraz oliwą. Mokra składniki łączymy z suchymi, dodając wcześniej przygotowaną masę. Ciasto delikatnie mieszamy. Foremki muffinkowe napełniamy ciastem i wstawiamy do piekarnika. Pieczemy około 25 min w temperaturze 180 stopni C.

● Przepis ze strony [www.berger.biz.pl](http://www.berger.biz.pl)

## Grzyby są świetnym dodatkiem do różnego rodzaju farszów

Tarty, pizze, wytrawne muffinki kochają grzyby. Dodają one smaku także faszerowanym warzywom, na przykład pomidorom. Zapraszamy więc na **pieczarki z pieczarkami i boczkiem** (przepis ze strony [pekpol.pl](http://pekpol.pl)).

**Składniki:**  
7 pomidorów, 20 dkg pieczarek, 150 dkg boczku, cebula, 2 łyżki oleju, woreczek ugotowanego białego ryżu, 20 dkg sera żółtego, jajko, 2 ząbki czosnku przeciśnięte przez praskę, sól, pieprz, oregano i szczypiorek

Pomidory myjemy, odcinamy kapelusze i wydrążamy środki. Miąższ przecedzamy, odlewamy sok, który będzie potrzebny do zapiekania. Kroimy boczek, pieczarki i cebulkę, podpiekamy na oleju i doprawiamy. Mieszmą z ugotowanym ryżem, dodajemy przyprawy i czosnek. Wbijamy jajko i dodajemy większość startego sera i pokrojony szczypiorek. Mieszmą i napełniamy pomidory farszem, posypujemy wierzch resztą startego sera, przykrywamy kapeluszami

i przekładamy do naczynia żaroodpornego. Na dno wlewamy odrobinę oleju. Pieczemy w piekarniku nagrzanym do 180-190 st. przez 20 min. Po wyjęciu pomidorki polewamy powstałym sosem. Teraz **cukinia z pieczarkami**.

**Składniki:**  
2 cukinie, 200 g pieczarek, papryka, cebula, świeży rozmaryn (kilka gałązek), 150 g startego sera dziuś, olej, przyprawy do smaku

Cukinie przekrawamy wzdłuż, wybieramy miąższ

(zostawiamy tyle, by można było je faszerować) i układamy w naczyniu żaroodpornym. Szklimy na patelni posiekaną cebulę, dodajemy pokrojone pieczarki, paprykę i miąższ z cukinii, doprawiamy do smaku i dusimy. Nakładamy farsz do cukinii, posypujemy posiekanym rozmarynem i tartym serem. Cukinie zapiekamy w temperaturze 180 st. C. przez 40 minut. Pod koniec możemy przykryć je folią aluminiową, by się nie przypaliły. **(HAN)**



FOT. MATERIAŁY PRASOWE BERGER.BIZ.PL



FOT. PIAŃNICA



FOT. MATERIAŁY PRASOWE OSM PIAŃNICA



FOT. MATERIAŁY PRASOWE BERGER.BIZ.PL



FOT. MATERIAŁY PRASOWE BERGER.BIZ.PL

**Pieczarki są najpopularniejszymi grzybami.** Nic dziwnego, można je kupić wszędzie. Zapraszamy więc na omlet z pieczarkami, który można podać nie tylko na śniadanie, tartaletki z pieczarkami i faszerowane pieczarki. Smacznego!

### Omlet z pieczarkami i mozzarellą

**Składniki na dwa omlety:**  
8 jajek  
4 łyżki mleka  
sól, pieprz, natka pietruszki, chilli  
20 pieczarek  
ząbek czosnku  
125 g mozzarelli w kuleczkach  
2 łyżki oleju

Pieczarki myjemy i kroimy na plasterki, czosnek obieramy i siekamy. Pieczarki dusimy na niewielkiej ilości wody do momentu, aż woda odparuje. Dodajemy odrobinę oleju i podsmażamy z czosnkiem. Jajka wbijamy do miski, dodajemy mleko i roztrzepujemy. Do masy jajecznej dosypujemy sól, pieprz, natkę pietruszki i chilli. Połowę ciasta wlewamy na rozgrzany na patelni olej i smażymy omlet na wolnym ogniu. Kiedy jajka się lekko zetną, dodajemy połowę kulek mozzarelli i połowę pieczarek. Po usmażeniu pierwszego omletu smażymy w taki sam sposób drugi.

### Tarta z kurkami, podgrzybkami i pieczarkami

**Składniki na ciasto:**  
150 g masła, 300 g mąki, 2 żółtka, 100 ml wody, sól do smaku

**Składniki na farsz:**  
100 ml śmietanki 42-procentowej, łyżka śmietany na porcję tarty, średnia cebula, łyżka masła, 250 g mrożonych podgrzybków, 250 g mrożonych kurerek, 6 świeżych pieczarek, łyżeczka mąki, sól, pieprz do smaku

Do przesianej mąki dodajemy zimne, pokrojone masło. Całość siekamy nożem, dodajemy żółtka, wodę i sól do smaku. Zagniatamy ciasto, wałkujemy je i wykładamy na blaszkę do tart. Podpiekamy w piekarniku ok. 10 minut, w temp. 200 st. C. Obraną cebulę kroimy w półkrążki i podsmażamy na maśle. Podgrzybki i kurki czyszczymy, krótko obgotowujemy w osolonej wodzie i odcedzamy. Do cebuli dodajemy pokrojone oczyszczone pieczarki oraz pozostałe grzyby i chwilę podsmażamy. Dodajemy mąkę i wszystko razem dobrze mieszamy. Dolewamy śmietankę oraz doprawiamy całość solą i pieprzem do smaku. Pozostało nam tylko zagotować farsz i wyłożyć go na podpieczone ciasto. Tartę pieczemy w piekarniku w temp. 180°C, aż się zrumieni.

Tartę podajemy z łyżką zimnej, kwaśnej śmietany lub z jogurtem naturalnym.

● Przepis Roberta Muzyczki, szefa kuchni Dworu Korona Karkonoszy i eksperta marki OSM Piątnica

### Tartaletki z boczkiem i pieczarkami

**Składniki na ciasto:**  
250 g mąki pszennej, 50 g masła, 4 łyżki jogurtu naturalnego, szczypta soli

**Składniki na farsz:**  
250 g pieczarek, 150 g boczku, 50 g tartego sera Grana Padano, 2 jajka, szczypta soli, szczypta pieprzu, 0,5 łyżeczki gałki muszkatołowej, 150 g jogurtu naturalnego, garść posiekanej pietruszki

Zagniatamy wszystkie składniki na jednolite ciasto. Wykładamy foremki do tartaletek z ciastem. Wyłożone ciastem tartaletki nakłuwamy widelcem. Następnie pieczemy 15 minut w piekarniku rozgrzanym do 180 stopni. Przygotowujemy nadzienie, podsmażając boczek z pieczarkami. Do miski wbijamy 2 jajka i mieszamy z jogurtem naturalnym, tartym serem, pietruszką i przyprawami. Do masy jajecznej dodajemy przestudzony boczek z pieczarkami. Upieczone tartaletki faszerujemy jajecznym nadzieniem z boczkiem i pieczarkami. Następnie pieczemy tartaletki kolejne 10 minut w piekarniku nagrzanym do 180 stopni.

PS  
Podane proporcje wystarczają na przygotowanie pięciu tartaletek

● ([www.pekpol.pl](http://www.pekpol.pl))

### Zapiekane pieczarki z frankfurterkami i żółtym serem

**Składniki na 2 porcje:**  
12 pieczarek  
paczka frankfurterek  
50 g żółtego sera  
ćwierć czerwonej papryki  
średnia cebula  
świeży tymianek  
olej do smażenia

Pieczarki myjemy i usuwamy z nich nóżki. Obraną cebulę drobno siekamy, a frankfurterki kroimy w plasterki. Paprykę myjemy, usuwamy gniazdo nasienne i kroimy w drobną kostkę. Na patelni szklimy cebulkę, podsmażamy kiełbaski i pokrojoną paprykę. Kapelusze pieczarek wypełniamy kolejno: cienką warstwą startego żółtego sera, cebulką, kiełbaską, papryką. Na koniec oprószamy świeżym tymiankiem i posypujemy startym serem. Kapelusze ozdabiamy plasterkami frankfurterek i wkładamy do formy na muffiny. Pieczarki pieczemy przez około 45 minut w piekarniku nagrzanym do 150 st. Cel-sjusza do momentu, aż ser się roztopi, a pieczarki zmniejszą się – dusząc się we własnym sosie.

Rada: Na czas pieczenia warto umieścić w piekarniku naczynie żaroodporne z wodą dla zapewnienia odpowiedniej wilgotności.

● Przepis ze strony [www.berger.biz.pl](http://www.berger.biz.pl)



### Nie tylko dla grzybiarzy

Hanna Wieczorek  
redakcja@gk.pl

Zapraszamy na potrawy, których niezbędnym elementem są grzyby shiitake. Smacznego!

**G**rzyby shiitake można usmażyć na maśle, przyrządzić na wzór schabowego, czyli usmażyć w panierce (dokładnie tak jak smażymy boczniki), a także ugotować z ich dodatkiem wspaniałą zupę lub sos. Na przykład można wzbogacić nimi smak bulionu z gęsimy. My jednak zaczniemy od przepisu na **kotleciki drobiowe z grzybami shiitake**. Proszę się nie stresować, przygotowanie nie jest trudne, choć zabierze trochę czasu. A tak przy okazji, w oryginalnym przepisie zamiast wywaru mięsnego należy zastosować sos rumiany. Jeśli więc ktoś ma ochotę, może przygotować 4 łyżki sosu rumianego.

**Składniki:**  
500 mielonego mięsa drobiowego, 30 g czarstwej bulki, 50 g masła, mała cebula, jajko, 30 g maki, pół szklanki śmietany, łyżka soku z cytryny, 4 łyżki sosu z pieczenia (możemy zastąpić wywarem mięsnym), 120 g szynki, 100 g grzybów shiitake, sól, pieprz, tłuszcz do smażenia.



## KILKA PROPOZYCJI Z GRZYBAMI SHIITAKE

Shiitake nie są jeszcze w Polsce tak popularne jak pieczarki, ale warto spróbować wprowadzić je **do naszej kuchni**

Obraną cebulę drobno siekamy i podsmażamy na złoto na maśle. Mięso mieszamy z namoczoną i dobrze odciśniętą bułką, dodajemy jajko i cebulę, a następnie doprawiamy solą oraz pieprzem, masę mięsną dobrze mieszamy. Formujemy z niej małe kotleciki (każdy powinien ważyć około 40 g), obtaczamy je w mące i smażymy z obu stron. Oczyszczone grzyby kroimy w paski, wkładamy do rondla i smażymy na maśle, dodając pokrojoną w paski szynkę. Sos mieszamy ze śmietaną, dodajemy sok z cytryny i wlewamy do rondla z grzybami i szynką. Do tak przygotowanego sosu wkładamy usmażone kotleciki i podgrzewamy. Dobrym dodatkiem do kotlecików z grzybami shiitake są ogórki małosolne. Teraz przepis na **królewski sos z shiitake** (przepis ze strony shiitakepolska.pl).

**Składniki:**  
500 g grzybów shiitake, olej lub oliwa z oliwek, pół szklanki wody, czosnek, dwie łyżki pokrojonego imbiru, por pokrojony w krążki, tymianek, majeranek, zielona pietruszka, 2 łyżki maki, pół szklanki posiekanych orzechów laskowych, włoskich lub migdałów, łyżka nasion sezamu, sól, pieprz, cukier.

Grzyby kroimy w plastry, podsmażamy na oleju, dodajemy por pokrojony

w paski, czosnek, imbir, podlewamy wodą i dusimy do miękkości. Teraz dodajemy przyprawy, orzechy i nasiona sezamu, na koniec robimy zaprawkę z maki i wody, dodajemy do sosu, chwilę gotujemy. Teraz jeszcze poprawiamy sos do smaku. Taki sos świetnie pasuje do mięs oraz ryb. I jeszcze przepis na **makaron z grzybami shiitake i łososiem**.

**Składniki:**  
400 g spaghetti, 250 g łososia, 200 g grzybów shiitake, 50 g boczku, 2 ząbki czosnku, 2 łyżki oliwy, pół szklanki sosu spod pieczenia, 60 g twardego sera, sól, pieprz, zioła do smaku.

Obrane grzyby shiitake oraz pokrojony na cienkie plasterki boczek rumienimy na oliwie, dodajemy pokrojonego w cienkie plastry łososia (plastry możemy przekroić na trzy kawałki) oraz czosnek roztarty z solą oraz zioła do smaku. Całość chwilę podsmażamy, mieszamy z sosem spod pieczenia i trzymamy na małym ogniu (gdyby sos odparował, dolewamy trochę wody). Ugotować spaghetti według przepisu na opakowaniu (al dente), odcedzić, przełożyć do nagrzanego naczynia, wymieszać z gorącym sosem, doprawić solą i pieprzem i od razu stawiamy na stół. W osobnym naczyniu podajemy starty żółty ser.

# Dieta psiego emeryta. Żadnych kości, mało tłuszczu

**Czym i jak często karmić seniora? Zrezygnuj z domowych posiłków, wprowadź suplementy**



FOT. 123RF

**To, co znajdzie się w psiej misce, ma wpływ nie tylko na układ trawienny, ale i na stawy i sierść**

**Zdrowie**  
**Małgorzata Romanowska**  
redakcja@gk.pl

**D**ługość życia psa zależy od rasy, a przede wszystkim od wielkości - im mniejsza rasa, tym przeciętna długość życia jest wyższa. i, podobnie jak u ludzi - jakość jego życia na starość zależy również od tego, jak go karmimy.

Przed wszystkim musimy pamiętać, że u starszych zwierząt spada dzienne zapotrzebowanie energetyczne, ponieważ nie tylko zmniejsza się tempo przemiany materii, ale także ilość ruchu. Starszy pies więcej śpi i mniej się rusza, co redukuje ilość wydatkowanej energii. Spadające z wiekiem tempo przemiany materii przekłada się na zmniejszenie zapotrzebowania kalorycznego średnio o 30 proc.

Układ trawienny starszego psa jest bardziej podatny na zaburzenia - nie tylko z powodu spowolnienia pracy jelit, ale też ze względu na problemy z zębami (jelita mają problem z trawieniem

dużych kawałków). Psu w podeszłym wieku trzeba więc zmienić karmę u psa na bardziej lekkostrawne. Mięso mięsniowe, krótko gotowane mięso kurczaka, jaja, ryż oraz odłuszczone ser czy twaróg - te składniki pomogą w utrzymaniu kondycji układu trawiennego. Unikaj podawania starszemu psu ciężkostrawnych pokarmów, na przykład kości czy zawierających chrząstki mięs. Ponadto zaleca się, by psu z wrażliwym żołądkiem nie podawać karmy prosto z lodówki, ale najlepiej w temperaturze pokojowej.

Trzeba choćby wiedzieć, że dzienną ilość pokarmu powinniśmy dzielić na 3-4 posiłki - inaczej niż w przypadku młodych psów, które można karmić raz dziennie. Do tego w domowych posiłkach trudno zawrzeć wszystkie właściwe potrzebne mu składniki.

Tak jak w przypadku ludzi - również niebezpieczne jak tłuszcz są cukry, których psy jedzą coraz więcej. To pierwszy składnik, który powinniśmy eliminować z psiej diety - jednak by zrekompenzować zwierzęciu różnicę w smaku, powinniśmy zad-

bać o to, by to, co trafia do jego miski, było bardziej aromatyczne.

Z diety psiego seniora trzeba wyeliminować kości - mogą podrażniać błonę śluzową żołądka, ale są także trudne do pogryzienia, a duże kawałki mogą powodować zadławienie. Lepiej więc oprzeć się na sprawdzonych karmach. W przypadku psów, które mają problemy z zębami, można wybrać mokrą karmę z puszek. Warto jednak wybór skonsultować z weterynarzem, bo taka karma zawiera dużo wody, ale niewiele wartościowych składników. Być może trzeba ją będzie suplementować witaminami i minerałami.

Możemy także nadal stosować suchą karmę, do której jest przyzwyczajony - wystarczy tylko nieco ją moczyć ok. 15-20 minut przed posiłkiem. Dobrze jest używać do tego wodę podgrzewaną do temperatury pokojowej - podobnie jak mokrą karmę. Pies powinien dostawać jedzenie o regularnych porach. Pamiętajmy o zapewnieniu stałego dostępu do wody, bo z wiekiem pies - tak jak człowiek - pije coraz mniej. ©©

REKLAMA

008950446

## OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz.U.2018.1474 ze zmianami), w związku z art. 10 § 1 i art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.2018.2096 ze zmianami)

### WOJEWODA MAŁOPOLSKI

**zawiadamia, że zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, pn. Rozbudowa drogi krajowej nr 47 na odcinku 36+825,44 do km 36+918,29 wraz z budową nowego i rozbiorą starego mostu drogowego nad potokiem Olczyskim w km 36+880,43 drogi krajowej nr 47, budową i rozbiorą objazdu tymczasowego oraz z przebudową kolidujących urządzeń obcych w miejscowości Zakopane, gminie Zakopane, powiecie tatrzańskim, województwie małopolskim - na wniosek z 19 grudnia 2018 r. złożony przez pełnomocnika reprezentującego Generalnego Dyrektora Dróg Krajowych i Autostrad.**

Projektowana inwestycja planowana jest do realizacji w miejscowości Zakopane, gminie Zakopane, powiecie tatrzańskim, województwie małopolskim, na niżej wymienionych działkach ewidencyjnych, które znajdują się:

**a) między liniami rozgraniczającymi teren projektowanego pasa drogi krajowej DK 47** (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi - przed nawiasem podano numer działki, która powstanie w wyniku zatwierdzenia podziału i będzie przeznaczona pod drogę, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0035 Zakopane: 127/2 (127); 136/2 (136); 137/2 (137); 138/2 (138); 139/2 (139); 140; 141/2 (141);

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0048 Zakopane: 30/2 (30); 31/2; 31/4 (31/1); 32/2 (32); 33/2 (33); 34/2 (34); 149/2 (149); 150/2 (150); 165/2 (165); 166/2 (166).

**b) w granicach terenu niezbędnego dla realizacji inwestycji - teren wód płynących** (zgodnie z art. 20a ust. 1 ww. ustawy dnia 10 kwietnia 2003 r.):

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0035 Zakopane: 151;

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0048 Zakopane: 143.

**c) w granicach terenu objętego obowiązkiem przebudowy sieci uzbrojenia terenu** (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi - przed nawiasem podano numer działki, która powstanie w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część zostanie objęta ww. obowiązkami, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0035 Zakopane: 135, 136/1 (136); 137/1 (137); 138/1 (138); 139/1 (139); 141/1 (141);

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0048 Zakopane: 29; 30/1 (30); 31/3 (31/1); 32/1 (32); 33/1 (33); 34/1 (34); 35; 149/1 (149).

**d) w granicach terenu objętego obowiązkiem przebudowy zjazdu** (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi - przed nawiasem podano numer działki, która powstanie w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część zostanie objęta ww. obowiązkami, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0035 Zakopane: 135; 136/1 (136); 141/1 (141); 190/1 (190).

**e) w granicach terenu objętego obowiązkami budowy i okresu użytkowania oraz rozbioru tymczasowych obiektów budowlanych** (w odniesieniu do nieruchomości, które podlegają podziałowi - przed nawiasem podano numer działki, która powstanie w wyniku zatwierdzenia podziału i posiada dotychczasowe przeznaczenie, a jej część zostanie objęta ww. obowiązkami, w nawiasie podano numer działki przed podziałem):

- jednostka ewidencyjna 121701\_1 Zakopane, obręb 0048 Zakopane: 29; 30/1 (30); 31/3 (31/1); 32/1 (32); 33/1 (33); 34/1 (34); 149/1 (149); 150/1 (150).

Strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy oraz ewentualnie wnieść uwagi i zastrzeżenia w Oddziale Administracji Architektoniczno-Budowlanej I Instancji Wydziału Infrastruktury Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie, przy ul. Basztowej 22, pokój nr 17 (parter), od poniedziałku do piątku, zaleca się w godz. 12<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup> po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym pod numerem telefonu 12 39 21 923. Zaznacza się, że zapoznanie z aktami sprawy w pozostałych godzinach pracy bez uzgodnienia telefonicznego nie gwarantuje dostępu do akt sprawy z uwagi na obciążenie dużą ilością prowadzonych postępowań.

Zgodnie z art. 41 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego w toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić organ o każdej zmianie swego adresu, ponieważ w razie zaniedbania tego obowiązku doręczenie pisma pod dotychczasowym adresem ma skutek prawny.

Zgodnie z art. 49 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego doręczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. ukazania się niniejszego obwieszczenia.

REKLAMA

008928050

**MKOKNO sp. z o.o.**  
**PLEŚNA 410**

**tel. 14 679 89 48**

- OKNA PCV  
- PARAPETY  
- BRAMY GARAŻOWE  
- ROLETY  
- MOSKITIERY  
- MONTAŻ

**MKOKNO**  
MK OKNO sp. z o.o.

PRODUCENT  
ENERGOOSZCZĘDNYCH  
OKIEN Z PCV I ALUMINIUM

www.mkokno.pl  
biuro@mkokno.pl

**TRWA PROMOCJA - SPRAWDŹ NASZE CENY**

eprasa.pl d7b121d4d9

Małopolskie Centrum Pogrzebowe „KARAWAN” 31-914 Kraków, ul. Sieroszewskiego 5

www.spopielarnia.karawan.pl



tel. 12 686 61 20

Gdy zapada decyzja o pochówku urnowym  
masz możliwość wyboru wykonawcy spopielenia.

Gwarantujemy:

- bezpieczeństwo i profesjonalizm
- konkurencyjne ceny
- wysoką jakość usług
- szeroki asortyment urn



Atrakcyjne warunki współpracy dla zakładów pogrzebowych  
Zlecenia spopielenia przyjmują wszystkie biura firmy Karawan na terenie Krakowa

Zbigniew Baran

**KARAWAN**

GRUPA

FIRM POGRZEBOWYCH

TRADYCJE OD 1981 ROKU



Kompleksowe usługi pogrzebowe



Bezgotówkowe rozliczanie usług w ramach zasiłku

Całodobowe przewozy Zwłok

CERTYFIKOWANE USŁUGI BALSAMACJI

- Całodobowa eksportacja Zmarłego z mieszkań, szpitali, domów opieki do chłodzi
- Międzynarodowy transport Zwłok
- Pomoc przy załatwieniu formalności w urzędach, prosektoriach itp.
- Trumny, urny, kwiaty, utensylia pogrzebowe
- Oprawa muzyczna pogrzebów, meleksy osobowe na cmentarzach
- Możliwość Pożegnania Zmarłego w Kaplicy Przedpogrzebowej
- Przeprowadzenie ekshumacji, kremacje, balsamacje
- Karawany pogrzebowe marki Jaguar, Mercedes, karawan konny
- Przewozy uczestników pogrzebu (autobus, bus lub limuzyna)
- Nagrobki, prace kamieniarskie, kucie liter

NAGROBKI JUŻ OD 1900zł



Jesteśmy do Państwa dyspozycji w 10 Punktach Obsługi na terenie całego Krakowa

ul.Bieżanowska 24 Tel.12 658 21 11  
całą dobęul.Rakowicka 33a Tel.12 412 89 83  
8.00 - 20.00ul.Grzegórzecka 7 Tel.12 222 00 30  
8.00 - 15.00Cm. Grębałów Tel.12 645 14 35  
8.00 - 15.30Cm. Batowice Tel.12 413 63 46  
ul. Powstańców - 8.00 - 15.30ul.Sieroszewskiego 5B Tel.12 686 61 45  
całą dobęul.Dolnych Młynów 3 Tel.12 632 11 22  
8.00 - 15.00os.Na Skarpie 20 Tel.12 686 43 40  
8.00 - 15.00ul.Reduta 3B Tel.12 222 50 49  
Cm. Batowice - 8.00 - 15.00ul.Wrocławska 8 Tel.12 631 77 95  
8.00 - 16.00Kwiaty, wieńce i wiązanki  
dostarcza Kwaciarnia Chryzantema

**Restauracja  
Sąsiedzi**  
Organizuje stypy  
i przyjęcia okolicznościowe  
Kraków, ul.Reduta 3B  
(20m od bramy cmentarza)  
tel. 509 080 744, 690 066 803  
www.reduta.oberza.pl

tel. 12 411 11 11

DYŻUR CAŁODOBOWY

tel. 12 658 21 11

**WYNAJEM LIMUZYN I BUSÓW Z KIEROWCĄ**

Obsługujemy chrzciny, śluby, pogrzeby i inne imprezy.



W ofercie posiadamy samochody osobowe m.in.

Więcej informacji pod numerem telefonu 12 650 16 60

- 7-osobowy Mercedes V-klasa
- 21 osobowy Mercedes Sprinter
- luksusowe limuzyny BMW seri 7 i 5

REKLAMA

008927501



# ZAKŁAD USŁUG POGRZEBOWYCH

## LILIA s.j. DYŻUR CAŁODOBOWY

Kraków, ul. Św. Łazarza 19,  
Tel. 12/421-24-80, 12/431-99-71,  
Kwiaciarnia - tel. 12/431-99-70  
Zakład czynny w godz. 7.30-16.00

•przewóz z mieszkań w niedziele i święta, tel.12/421-24-80, 12/431-99-71, tel. kom. 517-869-551, 517-869-554

**ROZLICZENIA BEZGOTÓWKOWE W RAMACH ZASIŁKÓW ZUS**

• Sprzedaż trumien • obsługa żałobników • transport krajowy i zagraniczny • kremacja • wieńce • nekrologi

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBÓW**

**www.lilia-krakow.pl**

008946185

Ze smutkiem informujemy, że w dniu 2 marca 2019 r.  
w wieku 76 lat zmarł  
Profesor Uniwersytetu Pedagogicznego

dr hab.

**Andrzej R. Małecki**

*Fizyk jądrowy*



Rodzinie Profesora  
składamy  
wyrazy głębokiego współczucia.

*Pracownicy Instytutu Fizyki UP*

Ceremonia pogrzebowa rozpocznie się  
dnia 11 marca 2019 r. o g. 12.00  
w kaplicy cmentarza Salwatorskiego w Krakowie.

## Drobne

**Jak zamieścić ogłoszenie drobne?** Telefonicznie: 12 422 20 12, 12 421 94 10, 12 428 05 20  
Przez internet: [www.ogloszenia.polskapress.pl](http://www.ogloszenia.polskapress.pl)  
W Biurze Ogłoszeń: Kraków, Starowiślna 2 (okolice Poczty Głównej)

### Handlowe

FOTO, KSIĄŻKI

**KUPIĘ** książki, płyty. Dojazd. Gotówka!  
tel. 508-245-450, 509-675-586.

MASZYNY URZĄDZENIA

**MASZYNY** do metalu kupię 668779566

MATERIAŁY BUDOWLANE

**Schody drewniane dąb buk jesień**  
502-236-130, [www.wikpol-ns.pl](http://www.wikpol-ns.pl)

INNE

**PRZYJMĘ** w Komis rowery - wózki  
dziecinne. Łódziński Kraków, ul.  
Kałwaryjska 25, tel. 12 656-22-33

### Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

**SKUP** Toyot i Mercedesów 668480004

USŁUGI

**ZŁOMOWANIE SAMOCHODÓW**,  
wydawanie zaświadczeń 12681-01-41

INNE

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

### Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

**ATRAKCYJNA** nowa oferta  
12/6312831

**KREDYT** 50000 zł rata 549. 730809809

### Nauka

KURSY/SZKOLENIA

**KOMPUTEROWE** kursy 501-179-640

**KOMPUTEROWE** kursy 501-179-640

### Praca

ZATRUDNIĘ

**CIEŚLI** i murarzy przyjmę, stawka 20  
zł/h lub brygady N.Sącz 609-333-008

**DO** pracy w kuchni zatrudnię. Nowy  
Sącz tel. 600-701-272

**Firma Kirsch zatrudni do pracy**  
w Niemczech murarzy, cieśli  
szalunkowych, dźwigowych.  
Kontakt: 77462400 lub mail: [ml@kirschgruppe.com](mailto:ml@kirschgruppe.com)

**KELNERKĘ** zatrudnię. Nowy Sącz tel.  
600-701-272

**MURARZY** zatrudnię. Praca  
w Krakowie. 515-243-415

**OPIEKUNKI** do Niemiec tel.  
730497770 [www.ambercare24.pl](http://www.ambercare24.pl)  
dzisiaj 70 ofert!

**PRACOWNIKÓW** do robót ziemnych  
i energetycznych, pomocników  
budowlanych oraz operatorów  
koparek zatrudnię. 519-532-202

**ZATRUDNIĘ** lakiernika meblowego  
(meble kuchenne, drzwi). Królowa  
Górna 668 617 895

**ZATRUDNIĘ** młodego budowlanica,  
okolice Nowego Sącza, 668 617 895

**ZATRUDNIĘ** młodego stolarza, okolice  
Nowego Sącza, 668 617 895

### Zdrowie

GINEKOLOGIA

**1/0H A-Z Farm** ginekolog 515 401 755

ZABIEGI

**MORZE** 960 zł turnus rehab.  
598109275

### Usługi

AGD RTV FOTO

**NAPRAWA** telewizora K-ów  
607461618

BUDOWLANO-REMONTOWE

**DRENAŻ**, odwodnienia, osuszanie  
budynków 782-016-281

**ELEKTRYCZNE** instal. 603-131-292

**MALOWANIE** Dachów. 506-943-614

**OGRODZENIA** 692069284

**USŁUGI** remontowo wykończeniowe.  
Szybko Tanio Solidnie 883-800-840.

MONTAŻOWE

**ŻALUZJE-ROLETY** tanio 600-324-087

### Turystyka

KRAJ - GÓRY

**WIELKANOC** w Świeradowie Zdroju-  
zapraszamy: góry, domowa kuchnia,  
rodzinna atmosfera, 506-077-096

KRAJ - MORZE

**USTKA** wczasy, pokoje, 604-486-413.

### Różne

**SPRZEDAM** dwa miejsca w grobowcu  
4- osobowym, w N.Sączu ul.Rejtana.  
502-211-490

Szukasz pracy?

[WEJDŹ NA GRATKA.PL](#)

gratka

008046806

## NEKROLOGI

Przyjmowane są z dnia na dzień do godz. 14.  
W Biurach Ogłoszeń Gazety Krakowskiej:

- Kraków, ul. Starowiślna 2, tel. 12 422 20 12, tel./fax. 12 421 94 10
- Chrzanów, ul. Sokoła 4, tel./fax 32 624 01 77
- Nowy Sącz, ul. Jagiellońska 16, II piętro, tel. 18 449 66 30, fax 18 449 66 48
- Oświęcim, Rynek Główny 1, tel./fax 33 844 73 73
- Tarnów, ul. Krakowska 1A, tel. 14 631 94 20, fax 14 631 94 23
- Wadowice, pl. Jana Pawła II 8, tel./fax 33 873 17 78
- Gorlice, ul. 3 Maja 10, tel. 18 353 04 90, fax 18 353 04 91

W zakładach pogrzebowych:

Firma Pogrzebowa KARAWAN s.j. w Krakowie

- Ul. Biezanowska 24, tel. 12 658 21 11,
- Ul. Sieroszewskiego 5B, tel. 12 686 61 20
- Ul. Rakowicka 33a, tel. 12 412 89 83,
- Os. Na Skarpie 20, tel. 12 686 43 40
- Ul. Dolnych Młynów 3, tel. 12 632 11 22
- Cm. Batowice, tel. 12 413 63 46
- Ul. Wrocławska 8, tel. 12 631 77 95
- Cm. Grębałów, tel. 12 645 14 35

Zakład Usług Pogrzebowych LILIA s.j. w Krakowie

- Ul. św. Łazarza 19, tel. 12 421 24 80

Zakład Usług Pogrzebowych STELA w Krakowie

- Ul. Rakowicka 37, tel. 12 413 02 02, 412 77 55
- Ul. Rakowicka 43, tel. 12 417 35 35, 417 15 71
- Ul. Powstańców 48 (na cm. Batowickim), tel. 12 413-21 83

Zakład Pogrzebowy SITA w Nowym Sączu

- Ul. Śniadeckich 19, 33-300 Nowy Sącz, tel. 18 443 76 88



REKLAMA

008948524

**INFORMACJA**  
**BURMISTRZ MIASTA I GMINY WOLBROM**  
działając na podstawie art. 35 ust.1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce  
nieruchomościami (tekst jednolity: Dz. U. z 2018 r., poz. 2204 z późn. zm.)

**informuje,**

że w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy w Wolbromiu przy ulicy Krakowskiej 1  
został podany do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń  
od dnia 5 marca 2019 roku na okres 21 dni, wykaz nieruchomości przeznaczonych  
do oddania w użyczenie.

REKLAMA

008929349



## Promocje zimowe!

Pilarki spalinowe już od **699,-\***  
ATRAKCYJNE DODATKI • NOWOŚCI



Pilarka spalinowa  
**STIHL MS 261**

**PROMOCJA!**  
Teraz z dodatkową  
piłą łańcuchową  
i prowadnicą

Promocja obowiązuje od 12.01. do 30.03.2019  
lub wyczerpania zapasów u wybranych Dealerów STIHL

**FIRMA OGRODNICZO-LEŚNA „KRECIK”**  
ul. Krakowska 87, 33-100 Tarnów  
tel. 14 622 26 50

\* Dotyczy modelu STIHL MS 170

# Po integracji czas na wygraną

Bartosz Karcz

bartosz.karcz@polskapress.pl



## Ekstraklasa piłkarska

**Cztery punkty straty do Korony. Kielce mają piłkarze Wisły Kraków. Jeśli wciąż myślą o zakończeniu sezonu zasadniczego w czołowej ósemce, muszą dziś pokonać kielczan na ich terenie. Początek meczu o godz. 18.**

Trener Maciej Stolarczyk po ostatnich dwóch porażkach zdecydował się sięgnąć po pozasportowe instrumenty, żeby zjednoczyć zespół.

- W poniedziałek mieliśmy spotkanie, na które cyklicznie zaprasza nas zaprzyjaźniony restaurator - wyjaśnia szkoleniowiec Wisły. - To bardzo istotne, tym bardziej w momencie, kiedy nie punktowaliśmy. Chcieliśmy wspólnie spędzić czas, dlatego chciałem, żeby na takim spotkaniu byli wszyscy, bo w drużynie ważne są relacje nie tylko te z szatni.

Na ile to spotkanie integracyjne pomogło, przekonamy się dzisiaj. Przed meczem w Kiel-



Od jesennego meczu z Koroną (0:1) Wisła bardzo się zmieniła. W jej ofensywie nie ma już Jesusa Imaza i Zdenka Ondraska

cach Stolarczyk ma niewielkie problemy kadrowe. Grać nie mogą kontuzjowani od dłuższego czasu Paweł Brożek, Rafał Boguski i Jakub Bartosz. Pod znakiem zapytania stoi występ Kamila Wojtkowskiego.

- Kamil odczuwa jeszcze trudny ostatniego spotkania z Pogonią. Walczymy, żeby pojechał z nami do Kielc. Mamy jeszcze je-

den trening i podejmiemy decyzję, czy wsiądzie z nami do autokaru - mówił na przedmeczowej konferencji Stolarczyk. Kilka dni później Wojtkowski na trening wyszedł, ale ćwiczył indywidualnie. Do autokaru jednak wsiadł, bo sztab trenerski zdecydował się zabrać do Kielc dziesięciu piłkarzy. Decyzja o tym, czy Wojtkowski znajdzie

się choćby na ławce rezerwowych, ma zapisać bezpośrednio przed meczem.

W wyjściowym składzie tego piłkarza raczej jednak nie zobaczymy. Zmian powinno być zresztą więcej, bo wszystko wskazuje na to, że dobrym wejściem z ławki w meczu z Pogonią zapracowali sobie na pierwszą jedenastkę Łukasz Burliga, Krzysztof Drzazga i, przede wszystkim, Vukan Savicević.

## Mamy swój plan na mecz z Koroną, a ja liczę na taką grę, jak przez ostatnie pół godziny spotkania z Pogonią

Maciej Stolarczyk, trener Wisły

Zmiany nie będzie natomiast w bramce Wisły, mimo iż Mateusz Lis popełnił ostatnio kilka błędów. - To nie jest czas na zmianę bramkarza - ucina temat Stolarczyk.

Zdaje sobie również sprawę z tego, jak trudna przeprawa czeka jego zespół. - Korona zmienia systemy gry, rotują się zawodnicy w wyjściowym skła-

dzie - wyjaśnia trener Wisły. - Jest to trudny zespół do analizy. Mamy jednak swój plan, a ja liczę na taką grę, jak przez ostatnie pół godziny meczu z Pogonią.

**Przypuszczalny skład Wisły:** Lis - Burliga, Wasilewski, Sadlok, Pietrzak - Basha, Savicević - Błaszczykowski, Drzazga, Peszko - Kolar.

**Wczoraj w ekstraklasie: Górnik - Piast 0:2 (0:1),** Karkoszka 36, Sedlar 86 karny. **Mecz Śląsk - Jagiellonia** zakończył się po zamknięciu wydania.

|                          |           |           |              |
|--------------------------|-----------|-----------|--------------|
| 1. Lechia Gdańsk         | 24        | 49        | 38-20        |
| 2. Legia Warszawa        | 24        | 45        | 37-24        |
| 3. Piast Gliwice         | 25        | 43        | 38-26        |
| 4. Jagiellonia Białystok | 24        | 40        | 40-32        |
| 5. Lech Poznań           | 24        | 39        | 36-29        |
| 6. Pogoń Szczecin        | 24        | 38        | 36-30        |
| <b>7. Cracovia</b>       | <b>24</b> | <b>36</b> | <b>27-25</b> |
| 8. Korona Kielce         | 24        | 36        | 29-29        |
| 9. Zagłębie Lubin        | 24        | 33        | 38-36        |
| <b>10. Wisła Kraków</b>  | <b>24</b> | <b>32</b> | <b>36-35</b> |
| 11. Arka Gdynia          | 24        | 25        | 34-36        |
| 12. Śląsk Wrocław        | 24        | 24        | 31-33        |
| 13. Górnik Zabrze        | 25        | 24        | 30-45        |
| 14. Miedź Legnica        | 24        | 24        | 23-44        |
| 15. Wisła Płock          | 24        | 23        | 34-43        |
| 16. Zagłębie Sosnowiec   | 24        | 18        | 32-52        |

**Pozostałe mecze 25. kolejki:** Cracovia - Zagłębie S. (s. 15.30), Korona - Wisła K. (s. 18), Arka - Legia (s. 20.30), Pogoń - Zagłębie L. (n. 15.30), Miedź - Lech (n. 18), Lechia - Wisła P. (pon. 18). ©



## Piłka nożna Gol Milika w Lidze Europy

W wygranym przez Napoli 3:0 meczu 1/8 finału Ligi Europy z FC Salzburg 3:0 pierwszą bramkę zdobył Arkadiusz Milik (na zdjęciu). Grał 80 minut, z kolei Piotr Zieliński spędził na boisku 65 min. Wyniki innych spotkań: Dinamo Zagrzeb - Benfica Lizbona 1:0 (Damian Kądzior u gospodarzy grał 83 minuty), Chelsea - Dynamo Kijów 3:0 (cały mecz w ekipie Dynama Tomasz Kędziory), Stade Rennais - Arsenal Londyn 3:1, Sevilla - Slavia Praga 2:2, Eintracht Frankfurt - Inter Mediolan 0:0, Valencia - FK Krasnodar 2:1, Zenit Sankt Petersburg - Villarreal 1:3. Rewanż w najbliższy czwartek. **(BOCH)**

## Biathlon Nieudany sprint Polek

W sprincie (7,5 km), pierwszej indywidualnej konkurencji mistrzostw świata, Monika Hojnisz strzelała 34. miejsce (miała 2 karne rundy). W Oestersundzie przed polską kandydatką do medalu jeszcze trzy biegi (plus sztafeta), ale wiadomo już, że w najbliższym - wyścigu na dochodzenie w niedzielę - też trudno jej będzie odnieść sukces. Wczoraj poniosła bowiem duże straty - o ponad pół minuty przegrała ze złotą medalistką, Słowaczką Anastasią Kuzminą. Miejsca pozostałych Polek: 46. Kamila Żuk, 55. Magdalena Gwizdoń, 66. Kinga Zbylut. Ta ostatnia nie zakwalifikowała się do biegu na dochodzenie. **(BOCH)**

## LOTTO CZWARTEK, 7.03.

**LOTTO**  
1, 18, 19, 25, 31, 41  
**LOTTO PLUS**  
11, 14, 18, 22, 24, 35  
**MULTI MULTI - GODZ. 21.40**  
1, 4, 9, 15, 16, 21, 25, 27, 29, 32, 34, 35, 36, 46, 50, 51, 54, 59, 60, 62, plus 46  
**KASKADA - GODZ. 21.40**  
3, 4, 5, 6, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 22  
**MINI LOTTO**  
13, 16, 36, 37, 41  
**EKSTRA PENSJA**  
3, 10, 11, 13, 25 - 4  
**SUPER SZANSA - GODZ. 21.40**  
1679944  
**PIĄTEK, 8.03.**  
**MULTI MULTI - GODZ. 14**  
5, 7, 8, 11, 19, 23, 24, 26, 27, 29, 37, 41, 46, 49, 53, 56, 58, 62, 63, 69, plus 8  
**KASKADA - GODZ. 14**  
1, 2, 5, 6, 7, 8, 11, 15, 16, 17, 22, 24  
**SUPER SZANSA - GODZ. 14**  
5380153

REKLAMA 008898257

www.estartupdays.eu @estartupdays #esd2019

14-15 MAJA 2019  
KATOWICE, SPODEK

# EUROPEAN START-UP DAYS

ZAREJESTRUJ SIĘ!

## & START-UP CHALLENGE

European Economic Congress

PODEJMIJ WYZWANIE I ZGŁOŚ SIĘ!

## Narybek dla zespołów Probierza i Stolarczyka

### Piłka nożna

Jacek Żukowski  
jacek.zukowski@polskapress.pl

**Wznawia rozgrywki Centralna Liga Juniorów. Małopolska ma w niej dwóch przedstawicieli - Wisłę Kraków (7. miejsce w tabeli) i Cracovię (9.).**

„Pasy” zaczynają tę część sezonu od konfrontacji z Górnikiem Zabrze (sobota, godz. 12 na stadionie Garbarni).

- Plan mamy taki, by w każdym meczu zagrać o maksymalną liczbę punktów. Dalekosieżnych celów nie chcemy sobie na razie stawiać - podkreśla trener Cracovii Kordian Wójs. - Chcemy, by każdy mecz był sprawdzianem dla chłopców, by przybliżał ich do pierwszego zespołu. Cel jest mniej sportowy, a bardziej wychowawczy. Najbliższej składują się zawodnicy, którzy trenują z pierwszą drużyną. Ale jeśli ktoś nie będzie spełniał oczekiwań, to nie będzie grał. Poza tym zostanie zdegradowany do drugiej grupy ćwiczących, a w jego miejsce wejdzie ktoś inny.

Wisła zaczyna rozgrywki niedzielnym meczem z Elaną w Toruniu. - Chcielibyśmy zająć jak najwyższe miejsce - mówi trener juniorów „Białej Gwiazdy” Paweł

Regulski. - Wiadomo, że w takim klubie jak Wisła liczy się rozwój indywidualny, chodzi o to, by pierwszy trener mógł korzystać z tych chłopaków. Interesuje nas pierwsza trójka, a utrzymanie się jest planem minimum. Mówię o trójce, bo w meczach z czołowymi zespołami - Legią czy Lechem - nie byliśmy słabsi.

Cracovia w poprzednim sezonie wywalczyła tytuł wicemistrzowski. Powtórzenie tego wyniku będzie niezwykle trudne.

- Mamy tylko cztery punkty przewagi nad strefą spadkową, dziewięć punktów straty do drugiego miejsca - wylicza Wójs. - Chcemy z każdego meczu wycisnąć tyle, ile się da.

Cracovia gra innym zespołem niż w ubiegłym sezonie. Został budowany na szybko, po ogłoszeniu reformy, obniżającej wiek zawodników.

- To odbiło się na wynikach - ocenia szkoleniowiec „Pasów” w CLJU-18. - Zimą mieliśmy kosmetyczne zmiany. Doszedł Mateusz Bończyk, obrońca, waży się losy Jakuba Sobeckiego, z klubu FASE Szczecin.

W Wisłę zimą niewiele się zmieniło. - Zespół w zasadzie mamy taki sam, jak jesienią - informuje Regulski. - Jedynie odszedł Mateusz Wyjadłowski, do III-ligowej Soły. ©

### Sport w telewizji

**Sobota, 9.03. godz. 9.15 i 12.15**  
**Eurosport 1** narciarstwo alpejskie: slalom gigant mężczyzn w Kranjskiej Gorze (PS); **10.30 Eurosport 1, 16.30 Eurosport 2** narciarstwo alpejskie: slalom kobiet w Szpindlerowym Młynie (PS); **11 TVP Sport** piłka nożna: Stan futbolu (magazyn); **12.55 TVP Sport** short track: MŚ w Sofii; **13.25 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Crystal Palace - Brighton; **14 Eurosport 2** kolarstwo: wyścig Strade Bianche; **14.10 TVP 1, 14.30 TVP Sport, 14.30 Eurosport 1** skoki narciarskie: konkurs drużynowy w Oslo; **15 Sport Klub** koszykówka kobiet: Wisła CanPack - Śląska; **15.10 nSport+** piłka nożna: Cracovia - Zagłębie Sosnowiec; **15.20 Canal+ Sport** piłka nożna: Borussia Dortmund - Stuttgart; **15.25 Eleven Sports 2** piłka nożna: RB Lipsk - Augsburg; **15.25 Eleven Sports 1** piłka nożna: Bayern - Wolfsburg; **15.55 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Southampton - Tottenham; **16.10 Canal+** piłka nożna: Atletico M. - Leganes; **17.40 Canal+ Sport** piłka nożna: Korona - Wisła Kraków; **17.45 Polsat Sport** piłka nożna: GKS Katowice - Raków; **17.55 Eleven Sports 4** piłka nożna: Parma - Genoa; **18.25 Eleven Sports 1** piłka nożna: Barcelona - Rayo V.; **18.25 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Manchester City - Watford; **20 Canal+ Sport** piłka nożna: Arka - Legia; **20.25 Eleven Sports 1** piłka nożna: Chievo - Milan; **21.20 TVP Sport** boks: gala w Grande-Synthe (m.in. Szeremeta - Francillette); **22.30 Canal+ Sport** piłka nożna: Liga+ (magazyn); **0 TVP Sport** tenis: turniej kobiet w Indian Wells. **Niedziela, 10.03. godz. 9.15 i 12.15**  
**Eurosport 2** narciarstwo alpejskie: slalom mężczyzn w Kranjskiej Gorze (PS); **11.55 Eleven Sports 2** piłka nożna: Celta - Betis; **12.55 TVP Sport** short track: MŚ w Sofii; **12.55 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Liverpool - Burnley; **13.30 Eurosport 1, 13.35 Polsat Sport Extra** biathlon: MŚ w Oestersundzie - bieg na dochodzenie kobiet; **13.30 Eurosport 2** kolarstwo: wyścig Paryż - Nicea (1. etap); **14.15 TVP 1, 14.15 TVP Sport, 14.30 Eurosport 1** skoki narciarskie: konkurs indywidualny w Oslo (PS); **14.55 Eleven Sports 2** piłka nożna: Inter Mediolan - SPAL; **14.55 Eleven Sports 1** piłka nożna: Atalanta - Sampdoria; **15 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Chelsea - Wolverhampton; **15.10 Canal+ Sport** piłka nożna: Pogoń - Zagłębie Lubin; **15.25 Eleven Sports 3** piłka nożna: Hoffenheim - Norymberga; **16.10 nSport+** piłka nożna: Girona - Valencia; **17.25 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Arsenal - Manchester United; **17.40 Canal+** piłka nożna: Miedź - Lech; **17.55 Eleven Sports 1** piłka nożna: Sassuolo - Napoli; **18.25 Eleven Sports 2** piłka nożna: Sevilla - Real Sociedad; **20 Canal+** piłka nożna: Liga+ Extra (magazyn); **20 Polsat Sport Extra** piłka nożna: New York City FC - DC United; **20.25 Eleven Sports 1** piłka nożna: Fiorentina - Lazio; **20.30 Polsat Sport** siatkówka: Zaksa - Czarni Radom; **20.40 Canal+ Sport 2** piłka nożna: Valladolid - Real Madryt. **(BOCH)**



FOT. MARZENA BUGAŁA-AZARKO

Jesienią w Sosnowcu Cracovia zremisowała z Zagłębiem 1:1. Teraz jest faworytem meczu

## Ważni piłkarze Cracovii zagrożeni przed derbami

### Ekstraklasa piłkarska

Jacek Żukowski  
jacek.zukowski@polskapress.pl

**„Pasy” podejmą dziś o godz. 15.30 ostatnie w tabeli Zagłębie Sosnowiec. Cracovia ma dwa razy więcej punktów od rywala. Jeszcze przed tygodniem byłaby uznana za murowanego faworyta tego spotkania, jednak porażka z Wisłą Płock (2:3), po serii siedmiu kolejnych zwycięstw, mogła nadszarpnąć morale drużyny Michała Probiez.**

- Gdybyśmy przegrali 0:3, 0:4, to moglibyśmy powiedzieć, że ten mecz nam nie wyszedł - analizuje szkoleniowiec. - Skoro jednak odrobiliśmy stratę dwóch bramek, mając dwóch zawodników więcej na boisku, to nie powinniśmy tak skończyć. Zabrakło nam spokoju. Chcieliśmy za wszelką cenę podtrzymać serię, wygrać mecz - i to nas zgubiło, straciliśmy decyzję bramkę z karnego. Probiez nie uważa jednak, by przegrana w Płocku podłamała jego zespół. Nie wraca już do tego, co było, myśli tylko o meczu z Zagłębiem.

- Po jednej porażce nie może nam zabraknąć pewności siebie, nie możemy „zwarować” - podkreśla.

Sosnowiecki outsider, skazywany na pożarcie, najwyraźniej nie pogodził się ze spadkiem. Ostatnio pokonał Koronę Kielce aż 4:1.

- Zagłębie zagrało va banque, nie miało już nic do stracenia - uważa Probiez. - To bardzo doświadczony zespół, je-

den z bardziej doświadczonych w naszej lidze. Zagłębie wiosną wygrało dwa spotkania, pokazało się z dobrej strony w ostatnim meczu. Wygrać 4:1 z Koroną to cenny wynik, mało kto potrafi tak się rozprawić z solidną defensywą kielczan. Zawodnicy z Sosnowca bardzo płynnie przechodzą do ofensywy po odzyskaniu piłki. Ale my znamy swoją wartość.

Szkoleniowiec dodaje jednak: - Niektórym się wydaje, że mecz sam się wygra, jednak tak nie jest. Zawsze powtarzam, że wiele zespołów przed meczem już przegrało, ale jeszcze nikt nie wygrał.

**Mam nadzieję, że kibice nie zrażą się tym, że ostatnio przegraliśmy. Chciałbym, by była walka o bilety**

Michał Probiez, trener Cracovii

Pod dużym znakiem zapytania stoi występ Javiiego Hernandeza, który opuścił mecz w Płocku z powodu urazu. Probiez twierdzi, że o jego występie zadecyduje w sobotę przed spotkaniem. A „Pasom” w Płocku zabrakło solidnego rozgrywającego. Żaden z trójki defensywnych pomocników nie wcielił się w tę rolę. Dopiero po przerwie tę funkcję pełnił Airam Cabrera. Być może więc trener zdecyduje się na taki wariant gry, a na szpicy postawi na Filipa Piszczka.

Na pewno nie zagra Michał Siplak, który musi pauzować za kartki. Na lewej obronie zastąpi go najprawdopodobniej Diego Ferraresso.

Zagrożonych absencją z tego powodu w kolejnym meczu jest aż czterech piłkarzy „Pasów”: Cabrera, Piszczek, Mateusz Wdowiak i Janusz Gol. A kolejny mecz to derby Krakowa. Probiez nie zamierza jednak kalkulować i oszczędzać teraz któregoś z zawodników.

- Interesuje mnie tylko spotkanie z Zagłębiem - przekonuje. - Można kogoś odsunąć od meczu, by nie dostał kartki, a potem w tygodniu dozna kontuzji. Miałem już taką sytuację. Nie mam zamiaru kalkulować, trzeba zrobić swoje.

Marketing Cracovii nakręca akcję, by na trybunach znowu zjawili się przynajmniej 10 tys. kibiców. Oficjalna frekwencja z poprzedniego spotkania na stadionie przy ul. Kałuży - z Jagiellonią - to ponad 11 tys. widzów.

- Nie spodziewam się takiej frekwencji jak wtedy, ale jeszcze większej - mówi szkoleniowiec „Pasów”. - Mam nadzieję, że kibice nie zrażą się tym, że ostatnio przegraliśmy i będą przychodzili na nasz stadion. Chciałbym, by była walka o bilety, by stadion się zapełniał. Jest cel sportowy, ale drugi to cel marketingowy. Chciałbym, byśmy tworzyli klub, który będzie silny na lata.

**Przypuszczalny skład Cracovii:** Pesković - Rapa, Helik, Dytlatjew, Ferraresso - Hanca, Dąbrowski, Gol, Wdowiak - Cabrera - Piszczek. ©

## „Brązowi” mają jeszcze nadzieję

### I liga piłkarska

T. Bochenek, P. Pietras, J. Żukowski  
sport@polskapress.pl

**Pora na 23. kolejkę. Dalekie delegacje czekają w niej Sandecję i Puszczę. gospodarzami meczów będą Garbarnia i Bruk-Bet Termalica.**

Sądectanie, zajmujący w tabeli 4. miejsce, w sobotę o godz. 16 zmierzą się w Olsztynie z walczącym o utrzymanie Stomilem. W Sandecji nieobecny będzie Bartłomiej Kasprzak, pauzuje za żółte kartki. Wciąż po kontuzji dochodzi do siebie Dawid Szufryn. W ekipie gospodarzy kartkową karę musi odbyć były gracz nowosądeckiej ekipy Lukas Kuban.

- Spodziewamy się ciężkiego meczu, twardej walki o ligowe punkty. Jedziemy optymistycznie nastawieni - to słowa trenera Tomasza Kafarskiego w rozmowie z klubową telewizją Sandecji. - Wiemy, że Stomil pozbił się organizacyjnie, ale to są jego sprawy. My mamy swoją robotę do zrobienia, cel wyznaczony i jedziemy do Olsztyna, by walczyć o trzy punkty.

Ósma w stawce Puszczę też gra na północy Polski, w Bytowie. Z tego wyjazdu wykluczył się Longinus Uwakwe, zarabiając tydzień temu 4. w sezonie żółtą kartkę. Przeciwno Bytovii - dziś o godz. 16 - nie zagra też, pauzujący drugi mecz po karcie czerwonej, Hubert Tomalski. A to nie koniec osłabienia II linii „Żubrów”. - Bartek Żurek doznał pęknięcia oczodołu, przejdzie operację - mówi trener Tomasz Tułacz o piłkarzu, który poprzednie półrocze stracił z powodu urazu kolana. - Bardzo liczyłem, że po odejściu Krzyśka Drzazgi teraz będzie właśnie czes Bartka...

A przypomnijmy, że coraz bliżej do wydarzenia, na które czekają Niepołomice. W czwartek Puszczę może osiągnąć naj-

wiekszy sukces w swojej historii, bo powalczy z Miedzią Legnica o awans do półfinału Pucharu Polski. - Wiemy, że wśród działaczy i kibiców pojawia się już temat meczu pucharowego, ale w tym momencie najważniejszy jest ten w Bytowie. Nie weszliśmy zbyt dobrze w rundę i trzeba zrobić wszystko, by zapunktować - podkreśla Tułacz.

Natomiast zajmująca 9. lokatę w tabeli drużyna Bruk-Betu Termaliki w sobotni wieczór (godz. 20) podejmie Wigry Suwałki. Zabraknie Vlastimira Jovanovicia, który musi pauzować za żółte kartki.

„Słonie” tracą już 12 punktów do strefy awansu i zrealizowanie marzeń o powrocie do ekstraklasy wydaje się mało

**Tychy mają ciekawy skład. Na pewno nie będzie nam łatwo, zresztą nam się z nikim nie gra łatwo**

Marcin Cabaj, bramkarz Garbarni

prawdopodobne. - Czwarte, piąte miejsce to szczyt możliwości niecierpan w tym sezonie. Powinni skoncentrować się na solidnej grze w defensywie, gdyż taka postawa powinna zapewnić im utrzymanie się w pierwszej lidze - uważa Zbigniew Kordela, były trener Unii Tarnów, a obecnie sympatyk Bruk-Betu Termaliki.

W Krakowie na stadionie Wisły w sobotę o godz. 17 ostatnia w tabeli - i tracąca 7 pkt do bezpiecznej strefy - Garbarnia Kraków zmierzy się z GKS Tychy. - Potrzeba nam przynajmniej dwóch zwycięstw z rzędu. Wtedy może dołączylibyśmy do drużyn, które będą się liczyły w walce o utrzymanie - ocenia bramkarz „Brązowych” Marcin Cabaj. ©



FOT. ANDRZEJ WIŚNIEWSKI

**Marcin Cabaj, były zawodnik Cracovii i Sandecji, mając 38 lat broni bramki Garbarni. W tym sezonie zagrał we wszystkich meczach**

„Cieszę się, że mogę pracować, a potem wrócić do dzieci i spędzać z nimi czas. Bardzo doceniam to, że mogę wyjechać z nimi na wakacje, odwiedzać babcię i dziadka. Że możemy spędzić razem ferie zimowe (...).”

Katarzyna Zielińska, aktorka



FOOT SVI WIA DABROWA

## Krzyżówka panoramiczna

[illegible]

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 34 utworzą rozwiązanie – myśl Cyncerona.

ROZWIĄZANIE: PRACA I WÓRZY ZAPORĘ PRZECIWKO SMD I KOWI.

|                 |       |      |       |       |
|-----------------|-------|------|-------|-------|
| Stownik: etalon | 0tago | Tars | torus | tukan |
|-----------------|-------|------|-------|-------|