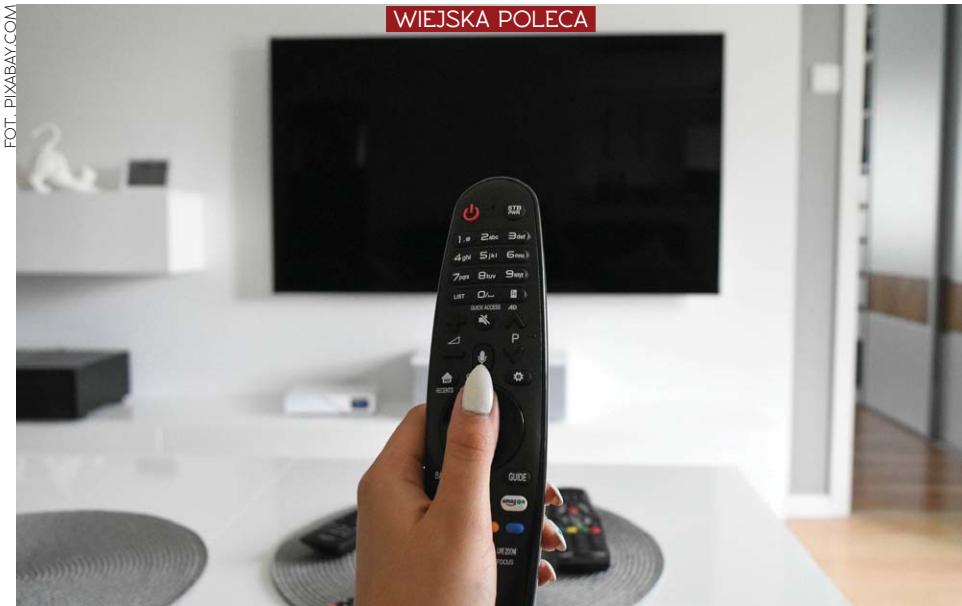




Dworzec Metropolitalny w Lublinie: jaki będzie?

Strony 8-9



WIEJSKA POLECA

Kampania w czasie zarazy

Uścisk dłoni staje się ryzykiem, więc kampania wyborcza przenosi się do mediów – zauważa Gazeta.pl. – Paradoksalnie więc uza-

leżnienie Andrzeja Dudy od Jacka Kurskiego, który rządzi TVP z tylnego siedzenia, jeszcze wzrośnie. W czasach zarazy ludzie skupiają się wokół władzy,

która ma oręż do walki z nią, co jest z kolei szansą przede wszystkim dla Andrzeja Dudy, bo jego kampania zaczęła się sypać – zauważa portal.

Ekstremalne wojaże Grodzkiego

Jesteśmy wzburzeni taką sytuacją. Wobec tak poważnego zagrożenia nie ma równych i równiejszych. Z całego serca życzę marszałkowi Grodzkiemu zdrowia. I również państwu, którzy się z nim stykali – powiedziała na antenie TVP Info Jolanta Turczynowicz-Kieryłło, szefowa kampanii Andrzeja Dudy.

Jak przypomina Gazeta.pl, w poniedziałek marszałek Senatu Tomasz Grodzki potwierdził

na Twitterze, że nie jest zakażony koronawirusem.

Zrobił sobie badanie, bo w lutym był z delegacją w Japonii, gdzie odnotowano przypadki koronawirusa. Później, w ramach urlopu, odwiedził także Włochy. – W Europie nie ma większego ogniska koronawirusa niż to na Półwyspie Apenińskim – zauważa portal

Koronawirus zbudowany pod ZUS

Sporą część programu „Jedziemy” w TVP Info poświęcono koronawirusowi – zauważa Gazeta.pl. Jeden z gości Michała Rachonia – Rafał Otoka-Frąckiewicz – powiedział

w pewnym momencie, że koronawirus „nie ma wielkiego rażenia”, a „trupów jest mało”.

– Komentator pokusił się też o stwierdzenie, że „koronawirus zbudowany jest

pod Zakład Ubezpieczeń Społecznych”, odnosząc się zapewne do tego, że liczba zakażeń u dzieci jest niższa niż w przypadku np. osób starszych czy chorych – spekuluje portal.

Zagrali prezydentowi na nosie

W wtorek Jacek Kurski został odwołany z funkcji prezesa TVP. Jak poinformowała Wirtualna Polska, jego obowiązki przejął Maciej Łopiński, natomiast Kurski doradcą zarządu TVP, czyli nadal będzie rządził.

Wcześniej WP ujawniła, że prezydent Andrzej Duda domagał się odwołania Kurskiego z funkcji prezesa telewizji w zamian za podpisanie ustawy o 2 mld zł dla mediów publicznych.

Utajnione rejestry korzyści

Spora grupa parlamentarzystów nie wypełniła rejestru korzyści – drugiego po oświadczeniu majątkowym dokumentu pozwalającego obywatelom kontrolować to, na czym zyskują wybrani przez nich przedstawiciele – odnotowuje portal next.gazeta.pl. Na liście posłów, którzy rejestru nie przesłali, jest m.in. Jarosław Kaczyński.

– A kto mu co robi – komentuje internet.

Nie wiesz skąd masz, to nie będziesz miał

Ministerstwo Sprawiedliwości pracuje nad poszerzeniem konfiskaty mienia; obecnie ona także własność osób, wobec których nie toczy się żadne postępowanie karne, ale które nie są w stanie wykazać legalnego pochodzenia majątku – informuje „Dziennik Gazeta Prawna”.

Podsumowanie

Cztery lata rządów Jacka Kurskiego w TVP zapiszą się w publicystyce i tzw. pionie informacyjnym skrajną, przybierającą często wręcz karykaturalne formy jednostronnością, manipulacją prze-

kraczącą nierzadko granicę dezinformacji oraz kultowymi już paskami w „Wiadomościach” i TVP Info. Wszystko to oczywiście połączone z łamaniem dziennikarskich standardów – ocenia Onet.pl.

Prezentacje posłów nie muszą być nudne

Do niecodziennej wpadki doszło podczas posiedzenia Parlamentarnego Zespołu ds. Obrony Praw Kierowców – pisze dorzeczy.pl. I wyjaśnia, że w trakcie po-

siedzenia głos zabrał poseł Konfederacji Dobromir Sośnierz.

– Przemawiając polityk chciał jednocześnie pokazać coś na ekranie swojego komputera. Jednak kiedy

rzutnik zaczął działać, członkom komisji ukazało się zdjęcie nagiej kobiety, na komputerze posła. Wtyczkę od rzutnika szybko wyciągnięto – opisuje portal.

Koronawirusa wy

Już w przyszłym tygodniu lubelska firma BioMaxima ma mieć szybki test na koronawirusa, który jest znany już po

– Test jest bardzo prosty w wykonaniu, wystarczy pobrać krew z palca. Wynik jest już po 10 minutach – tłumaczy Łukasz Urban, prezes spółki Biomaxima. – Umożliwia on szybką, masową diagnostykę przesiewową. Dzięki niemu będzie można typować osoby zakażone koronawirusem. Wynik będzie na pewno bardziej precyzyjny, niż na przykład zmierzenie temperatury pasażerom na lotnisku. Następnie wytypowane osoby będą mogły być poddane bardziej precyzyjnej i kosztowniejszej diagnostyce w laboratorium, która ostatecznie potwierdzi lub wykluczy zakażenie.

Testy w przyszłym tygodniu

O tym, że testy już niedługo będą dostępne, notowana na giełdzie BioMaxima poinformowała 3 marca. Dziś szef spółki dodaje, że spodziewa się ich już w przyszłym tygodniu.

– Choć różne rzeczy mogą się zdarzyć, mogą na przykład zamknąć granice – przyznaje Łukasz Urban. – Cały czas zakładamy jednak, że w przyszłym tygodniu będziemy te testy mieć. Na wszystko co przyjedzie mamy zamówienia z całej Polski, w tym z jed-



nostek państwowej służby zdrowia.

Jak działa test

Test 2019-nCoV Wuhan IgG/IgM został opracowany przez Hangzhou AllTest Biotech Co. Ltd, chińskiego producenta szybkich testów diagnostycznych.

To szybki test immunochromatograficzny do jakościowego wykrywania u ludzi obecności przeciwciał IgG i

IgM przeciwko koronawirusowi SARS-CoV-2.

– Materiałem badanym może być krew pełna, osocze lub surowica, a do przeprowadzenia szybkiego testu nie jest wymagane posiadanie specjalistycznego sprzętu – tłumaczy Artur Górski, odpowiedzialny za relacje inwestorskie w BioMaximie. – W jego skład wchodzi indywidualnie pakowane kasetki zawie-

Gotowi do badań nad szczepionką

W obliczu globalnej epidemii koronawirusa, coraz pilniejsze staje się wynalezienie szczepionki przeciwko zjadliwemu SARS Cov-2. Trwa wyścig z czasem

Szczepionka na tego wirusa to obecnie jedno z najbardziej oczekiwanych odkryć naukowych na świecie. Cała branża farmaceutyczna jest gotowa przeznaczyć na to zadanie miliony dolarów. Gdy liczba nosicieli rośnie, a światowej gospodarce grozi załamanie, to już nie pieniądze są najważniejsze, a czas. Niestety, szczepionki nie da się opracować w ciągu miesiąca, czy dwóch. W normalnych warunkach potrzeba na to nawet kilku lat.

Polski KO-MED specjalizuje się w badaniach klinicznych nad nowymi lekami. Do założonej w Puławach spółki, której centra medyczne można znaleźć m.in. w Lublinie, Warszawie i Stanach Zjednoczonych, w tym miesiącu zgłosił się zagraniczny partner zainteresowany współpracą w zakresie badań nad szczepionką na koronawirusa.

Samej szczepionki w formie gotowej do zastosowania jeszcze nie opracowano. Pracują nad tym specjaliści z całego świata, a poszczególne rządy, w tym

nasz, mówią o międzynarodowym porozumieniu dotyczącym wspólnej dystrybucji wszelkich środków potrzebnych do walki z koronawirusem. Celem nadrzędnym jest zabezpieczenie przed epidemią jak największej ilości światowej populacji. Zanim jednak opracowana zostanie nowa szczepionka, będzie musiała przejść niezbędne badania kliniczne, najpierw na zwierzętach, a następnie na ludziach. Doświadczenie w takich procesach ma wspomniany KO-MED.

– Znamy się na tym, potrafimy to robić, a poza tym z racji tego, że jesteśmy polską firmą, te badania możemy przeprowadzić na terenie Polski. Naszym atutem jest także szybkość działania, co potwierdza nasze doświadczenie. To obecnie bardzo ważne, bo czas gra dzisiaj ogromną rolę – podkreśla Marek Konieczny, doktor n. med oraz prezes KO-MED.

Kto konkretnie chce współpracować z Polakami w badaniach nad koronawirusem? – Nie mogę zdradzić nazwy tego podmiotu, ani

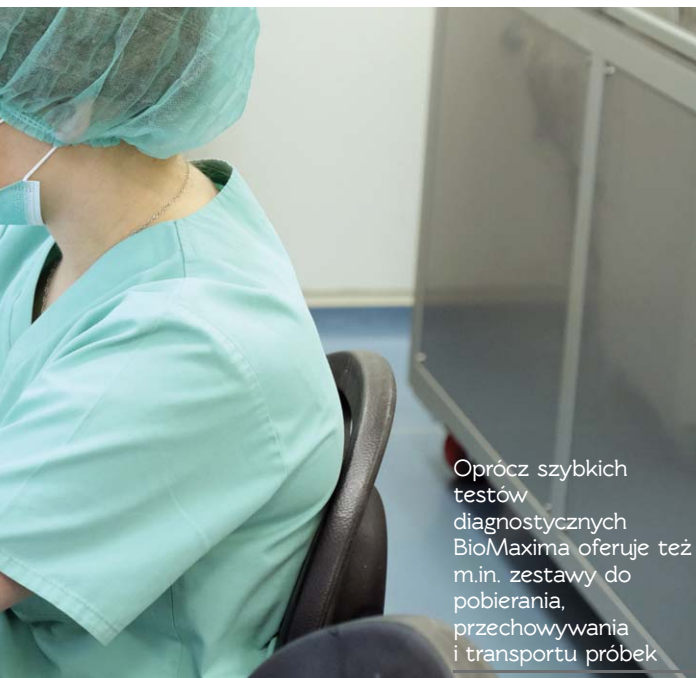
kraju, z którego pochodzi. Potwierdzam natomiast, że otrzymaliśmy propozycję wykonania badań klinicznych nad szczepionką na wirusa SARS CoV-2 i obecnie jesteśmy na wstępnym etapie negocjacji – przyznaje prezes Konieczny. – Badania przeprowadzilibyśmy w naszym kraju, co oznacza, że w ich trakcie przed koronawirusem zaszczepilibyśmy pewną część naszej populacji. Zrobilibyśmy to szybciej, niż inne kraje – tłumaczy szef KO-MED. To jeden z kluczowych argumentów dla podpisania umowy.

Jak zakończą się rozmowy, kiedy zostanie zawarty ten kontrakt i ilu pacjentów będzie mogło zostać zaszczepionych, tego jeszcze nie wiemy. Kluczowe dla tego porozumienia mogą okazać się także potencjalne gwarancje finansowe, jakich obydwie strony oczekują od swoich władz państwowych. Chodzi o pewność, że poniesione nakłady na dokończenie badań nad nową szczepionką zwrócą się.

RADOSŁAW SZCZĘCH

wykryją w 10 minut

kie testy do wykrywania wirusa SARS-Cov-2. Wynik badania będzie w 10 minutach



Oprócz szybkich testów diagnostycznych BioMaxima oferuje też m.in. zestawy do pobierania, przechowywania i transportu próbek

rające studzienkę, w której umieszczany jest materiał badany oraz krople buforu załączonego do zestawu. Wynik testu możliwy jest do odczytania w okienku testowym po upływie zaledwie 10 minut. Wyniki pokazują, że posiada wysoką czułość i swoistość.

Real-time PCR

Jak podkreśla producent, są to testy do użytku

profesjonalnego, z których będą mogły korzystać placówki opieki zdrowotnej, stacje sanitarno-epidemiologiczne czy Państwowy Zakład Higieny.

– Nie jest to produkt, którego mogliby używać pacjenci do samokontroli – dodaje Górski.

BioMaxima to producent podłoży mikrobiologicznych i wyrobów do diagnostyki mikrobiolo-

gicznej (bakterie, wirusy i grzyby) od lat zaopatruje placówki służby zdrowia, stacje sanitarno-epidemiologiczne i ponad 2 tysiące laboratoriów w Polsce. Swoje produkty eksportuje też do 60 krajów.

Zarejestrowana w Lublinie spółka zapowiada też, że „w niedługim czasie” planuje wprowadzić własny test genetyczny służący do potwierdzania zakażeń koronawirusem wykorzystujący technikę real-time PCR (najszybsza i najbardziej wiarygodna metoda identyfikacji materiału genetycznego wirusa).

Wynik takiego testu (pozytywny lub negatywny) ma być gotowy w czasie poniżej 2 godzin, łącznie z etapem izolacji materiału genetycznego wirusa.

– Nadal pracujemy nad opracowaniem tego testu. Na ten moment nic więcej nie mogę powiedzieć – mówi prezes Łukasz Urban.

Testy obecnie stosowane w Polsce dają wynik w ciągu 6-8 godzin. Taką informację podał dziś minister zdrowia, Łukasz Szumowski.

AGNIESZKA MAZUŚ, KP



Tak się wożą w wyższych sferach

Ok. 2,75 mln zł kosztuje utrzymanie ponad 140 pojazdów dziewięciu ministerstw – podaje „Fakt”. I wylicza, że średnio utrzymanie jednego pojazdu kosztuje ok. 300 tys. złotych.

Dziennik uzyskał te dane z odpowiedzi resortów na interpelację posłanki Koalicji Obywatelskiej Izabeli Leszczyny. Nie wszystkie ministerstwa odpowiedziały, a zatem rzeczywista kwota utrzymania rządowych pojazdów może być znacznie wyższa.

Zdaniem „Faktu” najwięcej z tego tytułu pobiera resort rolnictwa, bo aż ok. 857 tys. zł. Ministerstwo to może też pochwalić się największą flotą, ponieważ posiada 29 limuzyn.

„Pancerny Marian” ładuje odłamkowy

Szef NIK Marian Banaś udzielił wywiadu „Dziennikowi Gazecie Prawnej”.

„Będę niezależnym kontrolerem działalności organów administracji rządowej, Narodowego Banku Polskiego, państwowych osób

prawnych i innych państwowych jednostek organizacyjnych, w tym również TVP zasilonej ostatnio kwotą 2 mld w okolicznościach, jakie wszyscy znamy” – oświadczył „Pancerny Marian”. Wspomnił też o słynnej krakowskiej kamienicy, która

miała pełnić m.in. funkcję hotelu na godziny. Zdradził, że w hotelu nocowało wielu polityków, ministrów, a nawet w głębokiej tajemnicy przez ponad pół roku pracował zespół tworzący nowy bank”. Nie podał nazwisk. Na razie.

Osiedle JUTRZENKI

Kamienica CENTRUM



- Atrakcyjna lokalizacja na Czubach, pomiędzy ul. Jutrzenki a Parkiem Rury (wąwóz)
- Mieszkania od 28m²
- Lokale usługowe od 110 m²
- Podziemny parking
- Zakończenie inwestycji IV kw. 2022 r.



KAMENICA CENTRUM

3 Maja 5b

- ciche apartamenty na sprzedaż
- od 76 m² ■ 80 m od ul. 3 Maja
- druga linia zabudowy
- podziemny parking
- planowane zakończenie inwestycji - IV kw. 2020 r.



idea
INVEST

Biuro sprzedaży:

Lublin, ul. Jana Sawy 2 ■ tel. 667 800 400 ■ www.idealinvest.pl

80 kilometrów dzien

Takich wozów już po prostu nie ma. Próżno ich szukać w muzeach techniki i kolekcjonerskich garażach. Dlaczego? Bo nikt nie zbiera już takich wozów. W efekcie kończą na złomach i tak kończy się ich żywotność.

Wojciech Zakrzewski

W listopadzie 1986 roku miejski Zakład Oczyszczania Miasta dostał nową śmieciarkę. Jelcza zarejestrowano 11 listopada.

Jelcz był wtedy ostatnim krzykiem komunalnej mody - błyszczał chromami i jaskrawopomarańczowym lakierem szoferki. Srebrna blacha, która osłaniała bęben lśniła w słońcu. Chełm, wtedy stolica województwa, mógł sobie pozwolić na taki wydatek. Choć w dobie kryzysu, pieniądze nie były

Śmieciarka na bazie Jelcza P 325 pracuje w Chełmie od listopada 1986 roku



Instrukcje i dokumentacja

FOT. WOJCIECH ZAKRZEWSKI

problemem, po prostu były braki w zaopatrzeniu. I pewnie dlatego, miasto dostało tego roku jedną tylko śmieciarkę.

Jelcz P 325 na 8 metrów długi, 2,5 szeroki i 3,5 wysoki nigdy nie był demonem prędkości. „Wyciągał” raptem 80 km/h, ale przecież nie o wyniki tu chodziło, tylko o trwałość i niezawodność, co się wrocławskiej Wytwórni Urządzeń Komunalnych „Presko” udało. Gwoli ścisłości: „Presko” na ciężarówce z jelczańskich zakładów samochodowych wykonało zabudowę śmieciarki.

Dzień po dniu

- Komunalne wozy to specjalna kategoria. Pracują codziennie, świętek i piątek. Muszą być sprawne, bo są codziennie potrzebne - mówi Marcin Czarnecki, prezes Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Chełmie. - Przez następne prawie czterdzieści lat auto było w ciągłej eksploatacji.

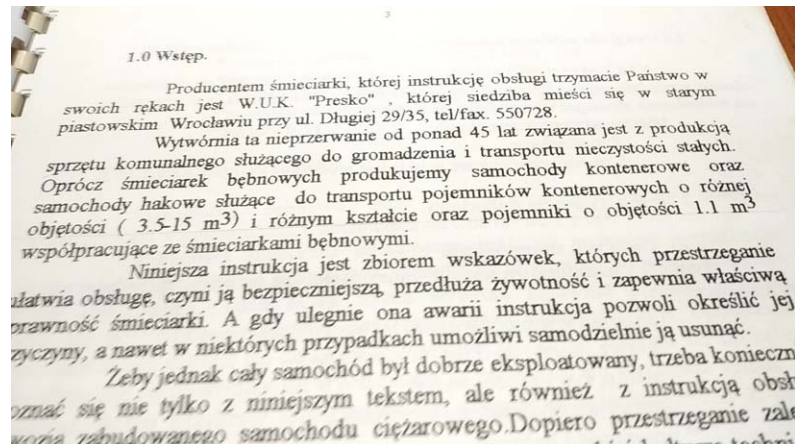
Zmieniali się prezesi, pracownicy i kierowcy.

Chełm przestał być wojewódzki, a wóz i tak zbierał śmieci z całego miasta. Dzień po dniu.

W końcu nazwali go „Babcia”, bo był po prostu najstarszy na zakładowym parkingu.

Ciężka praca

Każdy chyba chciałby widzieć to tak: czyste pozamiatane chodniki, puste śmietniki, zadbane przystanki. Żadnych butelek, walających się petów, gazet itp.



- Dla komunalnika miasto to największe wyzwanie i ciężka praca w większości wykonywana rękami, bo niewiele czynności można zautomatyzować - mówi Andrzej Brudnowski, kierownik Zakładu Oczyszczania Miasta w Chełmie. - Są kosiarki, śmieciarki, myjki wysoko ciśnieniowe. Mamy dmuchawy do liści itp. ale wypróżnianie śmietniczek, zbieranie puszek i butelek, czy gazet to już trzeba się schylić i podnieść.

I komunalnicy, ci faceci na których czasem w ogóle nie zwracamy uwagi, to robią.

Codziennie, w dobrą i złą pogodę. Czasem tak rano, że jeszcze miasto śpi, ale zwykle, gdy wszyscy są już w pracy.

A efekty? Efekty są takie, że gdy wszystko jest już uprzątnięte, mieszkańcy albo tego nie widzą albo po prostu uważają, że to normalne. Ale wystarczy, że ktoś upuści papierka po batonie, zgniecie puszkę piwne, karton po napoju. A nawet niech rozbije butelkę. - To dopiero zacznie się gadanie. Syf, brud! Dlaczego tego miasta nikt nie sprząta? Tak jest codziennie - mówi Brudnowski.

Trwale i proste

- Jest niezawodna. Mamy nowoczesne wozy, nasza flota to przecież blisko 30-tka różnych aut. Ale czasem nowoczesne wozy zawodzą, nie chcą zapalić albo po prostu nie działają, a trzeba wyjechać na miasto i zrobić porządek - mówi prezes Czarnecki. - Kiedyś budowano rzeczy trwale i proste w działaniu. I to się rzadko, ale sprawdza.

Co mówią kierowcy? - Może i nie ma klimatyzacji, ABS, RDS, etc, ale zawsze odpali i dojedzie tam, gdzie chcemy. Jak na komu-

nalne standardy nie pali za dużo, no bo 40 litrów na 100 kilometrów może przejechać posiadacza seicento lub golfa, ale nie doświadczanego kierowcę specjalistycznego wozu. Ale już dawno jelcz znalazł by się na złomie, gdyby nie ludzie, którzy przez tyle lat się nim zajmują.

Jak się nie kupi, to się dorobi

Części do jelcza nie produkuje się od lat. Na rynku są jakieś resztki. Trzeba ich szukać po całym kraju. Ale nie jest to łatwe.

- Trzeba być cierpliwym i mieć trochę pojęcie. To nie jest tak, że pójdziesz się do sklepu, podeszdziesz do półki i zdejmiesz to, co jest potrzebne - mówi Jarosław Gruszecki, szef warsztatu. - Te czasy już minęły. Poza tym, może w większych miastach jest łatwiej, więcej sklepów, hurtowni, warsztatów. No i więcej ciężarówek, z których gdzieś na złomie można wydłubać potrzebną część. A przecież z Chełma nikt nie będzie gonił po ileś set kilometrów po jakiś detal za kilkaset złotych, bo podróż będzie kosztowała więcej od

nnie, 356 dni w roku

era śmieciarek, które nie są ani ładne, ani efektowne, więc tym bardziej trudno mówić o sentymencie. Szybko też są zastępowane nowy żywot. Ale nie jest to regułą, co potwierdza przykład pomarańczowej śmieciarki z Chełma



samej części. To żaden interes. Ale najważniejsze, trzeba wiedzieć, gdzie i do kogo pojechać i tu zaczynają się problemy.

To pan pasjonat...

Coraz więcej rzeczy można znaleźć w internecie. Dzisiaj handel częściami wygląda tak, że jak, ktoś coś ma to od razu robi zdjęcie i umieszcza w internecie. To bardzo pomaga, bo od razu widać o co chodzi.

Ale części do „Babci” to unikat.

Gdyby to był volkswagen albo audi, to można by przebierać w ofertach. Łatwo jest z mercedesem. Nowsze sztuki załatwia serwis. Jelcz? - Jak mówię o co mi chodzi czasem słyszę cmokanie i komentarz „Uuu, to pan pasjonat...” - dodaje Gruszecki.

W 2020 roku, Jelcz rocznik 1986 dalej krąży po chełmskich ulicach.

- Zdarza się, że któryś z wozów wypadnie z grafiku - dodaje Andrzej Brudnowski. - Wtedy uruchamiamy jelcza.

To nie jest tak, że pójdziesz się do sklepu, podejdziesz do półki i zdejmiesz to, co jest potrzebne - mówi Jarosław Gruszecki, szef warsztatu

REKLAMA

BO ZASŁUGUJESZ NA WYŻSZY STANDARD



II ETAP
JUŻ W SPRZEDAŻY




**KAMERALNY
SŁAWIN**

- mieszkania od 29-76 m²
- wysokie pomieszczenia: 2,75 m
- mieszkania już od 189 900 zł
- pierwsze osiedle smart home w Lublinie
- inteligentne mieszkania: sterowanie ogrzewaniem, oświetleniem; czujki: ruchu, dymu; sterowane gniazdko
- wideodomofony
- monitoring osiedla

- wysoka jakość materiałów
- duże balkony
- ogródki na parterze z automatycznym systemem nawadniającym
- nowoczesny plac zabaw, siłownia outdoorowa
- ławka z USB
- otoczenie zieleni
- wyjątkowy mikroklimat
- nowoczesna architektura

INWESTOR


**IMMOBILIA
POLSKA**

biuro sprzedaży:
Lublin,
ul. Spokojna 2/U3

www.kameralnyslawin.pl tel. 500 267 778

Koronawirus a kampania wyborcza

Rezygnacja z organizacji dużych spotkań z wyborcami i pojawiające się głosy o przełożeniu wyborów prezydenckich. Koronawirus mocno zmienił plany kampanijne kandydatów ubiegających się o funkcję najważniejszej osoby w państwie

Tomasz Maciuszczak

Pierwszą turę wyborów prezydenckich zaplanowano na 10 maja. Druga tura – jeśli będzie potrzebna – ma odbyć się dwa tygodnie później. Ale ostatnich dniach, w związku z potwierdzeniem pierwszych przypadków wywołanej koronawirusem choroby Covid-19, sprawy kampanijne zeszły na dalszy plan.

Odwolywane spotkania i konwencje

Podczas poniedziałkowej wizyty w Lublinie o sytuacji związanej z koronawirusem mówiła kandydatka Koalicji Obywatelskiej **MAŁGORZATA KIDAWA-BŁOŃSKA**. Poinformowała, że zagrożenie epidemiologiczne może wpłynąć na działania jej sztabu wyborczego.

– Aktywności nie ograniczę, ale na pewno zmienię sposób prowadzenia kampanii, myśląc o bezpieczeństwie Polaków. Nie możemy nikogo narażać – mówiła tłumacząc, że najprawdopodobniej zrezygnuje z organizacji dużych spotkań z wyborcami. I dodała: – Szykujemy się też do tego, że za chwilę polska gospodarka odczuje skutki tego wirusa. Chcemy apelować do rządu, żeby przygotował programy wsparcia, bo już kilka branż rzeczywiście ponosi wielkie straty, a to dopiero początek. Nie wiemy, co będzie za kilka tygodni czy miesięcy.

Następnego dnia sztab wicemarszałek Sejmu odwołał planowane tego dnia kolejne spotkania w naszym regionie.

W poniedziałkowy wieczór, po spotkaniu w Biurze Bezpieczeństwa Narodowego, podobną decyzję ogłosił urzędujący prezydent **ANDRZEJ DUDA**.

– Te spotkania najczęściej odbywają się w dużych halach, salach. Przychodzi na nie 500 osób, czasami nawet 600 i 700. Wydaje mi się, że przez to może dojść do jakiegoś rozprzestrzeniania się koronawirusa. Ryzyko jest zbyt wielkie, a nie chcę narażać ludzi, którzy na te spotkania przychodzą, na niebezpieczeństwo – mówił Andrzej Duda, cytowany przez PolskieRadio24.pl. Dziennikarze portalu potwierdzili w sztabie Dudy odwołanie planowanych na ten tydzień wizyt „DudaBusa” w sześciu województwach. W czasie odłożono także konwencję programową, która miała odbyć się pod koniec marca.

Bez publiczności

Z organizacji dużych spotkań zrezygnowali także pozostali pretendenci do pre-



koronawirusem, co zrobić w razie podejrzenia zachorowania. Jeśli to są główne problemy Polaków, to startujący w wyborach politycy muszą się do tego dostosować. A decyzja o zamknięciu instytucji publicznych w sposób oczywisty przekłada się na kształt kampanii, która nie może być oparta na spotkaniach bezpośrednich. Taka forma w chwili obecnej odpada.

Zdaniem politolog, wpływ na postrzeganie w oczach wyborców, a w efekcie na wyborcze wyniki może mieć sposób, w jaki rządzący będą odnosić się do trzech kwestii.

Pierwsza z nich to pustoszące półki w wielu sklepach, co ma związek z robieniem zakupów na zapas.

– Przeciętny wyborca może nie analizować, że to skutek paniki, ale uznać to za winę rządzących – mówi Łukasik-Turecka. Kolejne kwestie dotyczą regulacji dla rodziców, którzy muszą znaleźć opiekę dla dzieci, które ukończyły ósmy rok życia, oraz rozwiązań dla przedsiębiorców z wielu branż, którzy już odczuwają skutki pandemii.

– To będą trzy punkty zapalne, wokół których będzie teraz toczyć się ta kampania. Jeżeli te problemy zostaną rozwiązane, to Andrzej Duda jako kandydat związany z obozem rządzącym, może na tym zyskać. Pewną ucieczką do przodu obozu władzy mógłby być ruch polegający na przykład na otwarciu sklepów w niedziele w okresie zagrożenia wirusem. To spowodowałoby nie tylko rozluźnienie ścisłości w sklepach w ciągu tygodnia, ale i umożliwiłoby sieciom handlowym zapewnienie rytmicznych dostaw dla klientów poszukujących niewrażliwych artykułów. Uciełoby to plotki o domniemanym zamykaniu sklepów, a wręcz pokazałoby, że rząd poprawia dostęp do placówek handlowych. Gdy przeciętny obywatel będzie miał przeświadczenie, że rząd poradził sobie w trudnej sytuacji, będzie to plus dla obecnego prezydenta. W przeciwnym razie skrócić może ten kandydat, który skutecznie wypunktuje błędy władzy – mówi politolog. I podsumowuje: – To test dla rządu. Ale jego wynik bez wątpliwości przełoży się na wybory prezydenckie.

– Nie ma wątpliwości, że obecna sytuacja przełoży się nie tylko na formę kampanii, ale też na przekazywane w niej treści – mówi dr hab. Agnieszka Łukasik-Turecka, politolog

FOT. MACIEJ KACZANOWSKI, JACEK SZYDŁOWSKI/ARCHIWUM

zydenckiego fotela. Władysław Kosiniak-Kamysz (PSL) zapowiedział, że nie ograniczy swojej aktywności, ale zgodnie z zaleceniami służb sanitarnych, nie szykuje już żadnej dużej konwencji.

Krzysztof Bosak (Konfederacja), który swoją konwencję planuje na najbliższą sobotę, zmienił jej formułę. Odbędzie się ona bez udziału publiczności, za to będzie transmitowana w internecie i mediach.

W kolejnych dniach kandydaci przedstawiali też propozycje „pakietów antykrzysowych”. Chodzi o rozwiązania dla pracowników, przedsiębiorców czy rodziców, którzy w związku z zamknięciem szkół i przedszkoli muszą zorganizować opiekę dla dzieci.

Robert Biedroń z Lewicy wczoraj wystosował list do

polskich biskupów, w którym apeluje o zawieszenie mszy świętych. – Swoboda praktyk religijnych jest jednym z najważniejszych praw człowieka. Ale dziś najważniejsze jest zdrowie wszystkich Polek i Polaków. Na decyzję o zawieszeniu mszy zdecydował się Episkopat włoski. Kościół w Polsce powinien iść za jego przykładem – napisał na Facebooku.

Inne tematy zeszły na bok

– Nie ma wątpliwości, że obecna sytuacja przełoży się nie tylko na formę kampanii, ale też na przekazywane w niej treści – mówi dr hab. Agnieszka Łukasik-Turecka, politolog z Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. – Dotychczas poruszane tematy bez wyjątku zostały odsunięte na bok. Dziś najważniejsze jest to, jak chronić się przed



Powrót do natury

Oprócz badań nad nowymi związkami, obserwuje się tendencję powrotu do już odkrytych substancji leczniczych i poszukiwaniem ich analogów o lepszych i ciekawszych właściwościach leczniczych. Naukowcy nie śpią - **ROZMOWA** z dr hab. Agnieszką Ludwiczuk z Samodzielnej Pracowni Chemii Produktów Pochodzenia Naturalnego Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

Waldemar Sulisz

• **Wróciła pani z podróży naukowej do Japonii.**

- Tak, i pracuję w domu, ponieważ obowiązuje mnie kwarantanna, którą prewencyjnie zleciła mi moja uczelnia. Ale ma to swoje pozytywne strony: pracuję w większym skupieniu, a więc wydajniej. Nadrabiam zaległości w pracy twórczej: recenzje, publikacje, raporty.

• **Co pani robiła w Japonii?**

- Mój wyjazd do Japonii był w ramach programu Erasmus+. Oprócz odbytych seminariów i warsztatów, wyjazd ten był świetną okazją do pogłębienia współpracy z ośrodkiem na Okinawie, a także umożliwił nawiązanie nowych kontaktów o charakterze naukowo-dydaktycznym. Rozmawialiśmy również o wymianie naukowej dla naszych studentów.

• **Gdyby pani miała porównać medycynę europejską z medycyną wschodu, to?**

- Widać wspólne elementy. Oni od wieków opierają się na ziołach, natomiast u nas w medycynie widać powrót do natury. Będąc na Okinawie, poznawałam rodzime tropikalne rośliny, a także koralowce, które są badane pod kątem poszukiwania nowych związków aktywnych biologicznie. Wiele rozmawialiśmy na temat tradycyjnego użycia roślin z Okinawy.

• **Jak to nie ma do faktu, że w państwach należących do Unii Europejskiej wprowadzono restrykcyjne prawo delegalizujące setki naturalnych ziół leczniczych używanych na naszym kontynencie od pokoleń?**

- Domyślam się, że chodzi o to, by nie dopuszczać do samoleczenia. W Japonii wygląda to tak, że w zwykłej aptece ziół się nie kupi, a raczej preparaty na ich bazie. W sprzedaży jest sporo suplementów bazujących na przykład na popularnej tam kurkumie czy imbirze. Natomiast wiedza o ziołach jest w Japonii przekazywana z pokolenia na pokolenie. Najczęściej w buddyjskich klasztorach.

• **Czy to prawda, że w sklepach zielarskich można nabyć m.in. korzenie żeń-szenia, eleuterokoka, traganka mongolskiego, a nawet wysuszone koniki morskie, trudne do zidentyfikowania węże, czy też dziwnego pochodzenia nalewki?**

- Takie rzeczy to jednak nie w Japonii. W sklepach zielarskich zazwyczaj możemy kupić olejki eteryczne, herbatki ziołowe oraz kosmetyki naturalne. To chyba najpopularniejszy asortyment takich sklepów. W mniejszych



mięscowościach na targowiskach można znaleźć więcej lokalnie stosowanych produktów w tym ziół zarówno w formie świeżej jak i suszu, a także mieszanek ziołowych i przypraw stosowanych w kuchni japońskiej.

• **Na czym polega tajemnica sekretu japońskiej długowieczności?**

- To wynika ze sposobu życia Japończyków i z ich diety. Tradycyjne dania są lekkostrawne, zdrowe, prawidłowo zbalansowane. Japończycy nie jedzą tyle mięsa, co my, chociaż akurat na Okinawie wieprzowina jest bardzo popularna. Nie ma jednak tego mięsa w nadmiarze, jest bardzo dużo warzyw, do sałatek dodaje się zioła i kwiaty jadalne. Polska kuchnia jest cięższa, ale z drugiej strony widać w Polsce nowe trendy żywnościowe, w restauracjach jest popularne sushi, je się ryby, na talerzach też pojawiają się kwiaty. Coraz więcej młodych, wykształconych Polaków je mniej, za to bardziej świadomie.

• **Jakie rośliny bada współczesna medycyna?**

- Skrining pod kątem obecności substancji leczniczych obejmuje coraz więcej roślin. Jest wiele badań dotyczących np. roślin pochodzących z Ameryki Południowej w kierunku ich właściwości przeciwnowotworowych. Badamy także rośliny pod kątem chorób neurodegeneracyjnych, jak choćby choroby Alzheimera. W naszym zakładzie mamy aktualnie taki projekt z Turcją i wyniki badań są bardzo

DR HAB. N. FARM. AGNIESZKA LUDWICZUK

Adiunkt w Samodzielnej Pracowni Chemii Produktów Pochodzenia Naturalnego UM w Lublinie. Absolwentka chemii UMCS w Lublinie. Specjalność: farmakognozja, analiza fitochemiczna. Zajmuje się badaniem składu chemicznego roślin leczniczych, izolacją poszczególnych składników roślinnych oraz badaniem ich aktywności biologicznej. Szczególnie bliskie są jej rośliny aromatyczne, a także wątrobowce, które są jedną z najmniej znanych grup roślin z gromady mszaków

ciekawe. Mam nadzieję, że wkrótce przejdziemy do badań klinicznych.

• **Kiedyś na topie była vilcacora, dziś Ashwaganda. To kolejna moda?**

- W przeciwieństwie do vilcacory, na temat Ashwagandy wiemy znacznie więcej, jeżeli chodzi o jej skład chemiczny i właściwości lecznicze. Nieprawdą jest jednak to, że to remedium na wszelkie dolegliwości. Ashwaganda to roślina należąca do adaptogenów, a więc o podobnym działaniu do żeń-szenia, eleuterokoka czy różenia górskiego. Dla swojego bezpieczeństwa, nie kupujmy roślin i suplementów

na ich bazie z niesprawdzonych źródeł.

• **Ostatnio głośno także o korzeniu mniszka lekarskiego, zawarte w nim substancje mają mieć silne działanie przeciwnowotworowe.**

- Ukazało się na ten temat kilka publikacji kanadyjskich. Badania na liniach komórkowych były bardzo obiecujące, ale już badania na zwierzętach nie dały tak dobrych wyników. Natomiast wszystko wskazuje na to, że dojdzie do badań klinicznych.

• **Sensacyjnie brzmią informacje o tym, że płyn wydzielany przez dżdżownice może być skuteczny w leczeniu raka płuca. Pracują nad tym naukowcy z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej oraz Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. Preparat uzyskiwany z płynu celomatycznego ma niszczyć komórki rakowe, jednocześnie nie szkodzić zdrowym komórkom?**

- To są jeszcze badania wstępne, ale bardzo obiecujące. Przed naukowcami badania kliniczne, na początek na zwierzętach, ale na to potrzebne są pieniądze. Miejmy nadzieję, że znajdzie się porządny grant, żeby te badania kontynuować. Trzymamy kciuki.

• **Czy może być tak, że ciągu najbliższych 10 lat dojdzie do odkrycia skutecznego leku na raka i po badaniach klinicznych pojawi się on w aptekach?**

- Na dziś ciężko w tej sprawie wyrokować. Oprócz

Jak dobrze zbilansować dietę? - Uważać, co nakładamy sobie na talerz. Jeść mniej, za to jeść więcej wartościowych produktów, zwracając uwagę, by były to produkty jak najmniej przetworzone. Zwracać uwagę skąd i od kogo kupujemy żywność - mówi dr hab. Agnieszka Ludwiczuk

FOT. WOJCIECH NIEŚPIAŁOWSKI/ARCHIWUM

badania nad nowymi związkami, obserwuje się tendencję powrotu do już odkrytych substancji leczniczych i poszukiwaniem ich analogów o lepszych i ciekawszych właściwościach leczniczych. Naukowcy nie śpią.

• **Co to znaczy analog?**

- To znaczy, że mamy przebadany konkretny związek pochodzenia naturalnego, znamy jego strukturę, ale okazuje się na przykład, że ma on słabą wchłanianiałość, więc chcemy zmodyfikować jego strukturę, że był bardziej przydatny.

• **Żyjemy w czasach, że natura raz po raz daje nam odczuć, że coś jest nie tak? Dostajemy kolejne ostrzeżenia, podpowiedzi, że warto się zatrzymać, warto skierować swoje życie na nowe tory.**

- Z perspektywy mojej współpracy z Japonią ra-

dziłabym zwrócić większą uwagę na siebie. Przede wszystkim na dietę. Japończycy pracują więcej od nas, ale więcej dbają o dietę. Biorąc z nich przykład należałoby zacząć ów twardy reset od decyzji, że tej wiosny zaczynamy jeść mniej, częściej i zdrowiej. W dobie pojawiania się kolejnych wirusów czy epidemii warto i trzeba wrócić do mądrości natury.

• **Prof. Marian Klamut, wybitny lekarz i pionier profilaktyki mówił mi, że apteka współczesnego człowieka znajduje się w kuchni i to jest teren, na którym należy dokonywać zmian?**

- Zgoda się. Twardy reset powinien polegać na tym, żeby włączyć do żywienia rośliny, które nas uodpornią zdecydowanie wcześniej i będziemy lepiej przygotowani na atak kolejnego wirusa.

• **W zdrowej polskiej kuchni na topie są kiszonki i fermentowane warzywa.**

- W Japonii to również podstawa kuchni, kiszonki są częścią każdego posiłku. Idziemy w dobrym kierunku. W sklepach możemy kupić miso ze sfermentowanej soi, ponieważ miso zawiera aktywne substancje, dodajemy je pod koniec gotowania, kiedy wyłączymy kuchenkę.

• **Jak dobrze zbilansować dietę?**

- Uważać, co nakładamy sobie na talerz. Jeść mniej, za to jeść więcej wartościowych produktów, zwracając uwagę, by były to produkty jak najmniej przetworzone. Zwracać uwagę skąd i od kogo kupujemy żywność.

• **Gdyby pani miała kupić pomidory w marketcie, które mają certyfikat eko i pomidory na targu od znajomego rolnika to które pani wybierze?**

- Te z targu od znajomego rolnika. Jak już mówimy od twardym resetem, to powinien dotyczyć on naszej aktywności fizycznej. Tu nie chodzi o jakąś nadzwyczajną aktywność, treningi i siłownię. Raczej o regularność. Codzienny, półgodzinny spacer może znacząco zmienić stan naszej kondycji.

Taki reset powinien dotyczyć również naszego myślenia. Warto żyć uważniej, warto także uważniej zarządzać swoimi emocjami. Dziś mówi się, że uśmiech czy gest przytulenia też może być „lekiem”. Więc w twardym resetem warto zwrócić uwagę na najbliższych i z całą pewnością na kontakt z naturą. W jakimś sensie wrócić do źródeł. Na nowo odkryć w sobie takie pojęcia jak miłość, współczucie, odpowiedzialność, radość, i na nowo odpowiedzieć sobie na pytanie co jest w życiu ważne, a co mniej ważne.

Dworzec Metropolitalny

PLANY To ma być największa inwestycja samorządu Lublina: nowy Dworzec Metropolitalny. Obiekt ma stanąć pomiędzy ul. Dąbrowską a ul. Ratuszową, która podejmie się tej ogromnej budowy. Sp

Dominik Smaga

29

lipca 2022 roku nowy dworzec powinien być już gotowy. Taki termin zostanie narzucony przez Urząd Miasta firmie, która wygra przetarg na roboty budowlane.

Zaplanowany przez władze miasta Dworzec Metropolitalny ma przejąć rolę obecnego dworca PKS na Podzamczu. Nowy obiekt powstanie w pobliżu dworca kolejowego, między ul. Gazową a Młyńską. – Ma w jednej części miasta skupić komunikację kolejową i autobusową – informuje Katarzyna Duma, rzeczniczka prezydenta Lublina. – W ramach tej inwestycji powstanie nowoczesny budynek dworca wraz z peronami i nowym układem drogowym.

Podczas inwestycji przebudowane mają być także okoliczne drogi. – Zupełnie nowy wygląd jezdnii, chodników, ścieżek rowerowych wraz z nowo projektowaną zielenią i małą architekturą zyska ul. Młyńska, Gazowa, część ul. Krochmalnej, ul. Dworcowa, 1 Maja oraz Pocztowa – wylicza rzeczniczka Ratusza. – W rejonie dworca zostanie wybudowany również układ nowych dróg, które usprawnią ruch i komunikację nowego Dworca Metropolitalnego oraz samego centrum Lublina, m. in. terenów ekspozycyjnych Targów Lublin.

Gruntownie przebudowany ma być również pl. Dworcowy, który teraz raczej nie robi najlepszego wrażenia na osobach wysiadających na dworcu i patrzących na Lublin po raz pierwszy. – Pl. Dworcowy po całkowitym usunięciu

ruchu kołowego stanie się ozdobnym deptakiem połączonym wizualnie oraz funkcyjnie z głównym wejściem do dworca kolejowego – zapowiada Duma.

298 405
566

zł to orientacyjny koszt inwestycji obejmującej budowę dworca z placem peronowym, podziemnym parkingiem, towarzyszącymi mu obiektami, zajezdnią autobusową oraz przebudową okolicznych ulic

98

drzew ma być wyciętych podczas budowy dworca, zaś 57 podczas budowy i przebudowy dróg. Tyle zakłada projekt, Ratusz obiecuje wyciąć mniej

10

metrów od pnia drzewa, które nie jest przeznaczone do wycinki. Tak określona została strefa, w której nie może być składowany podczas budowy

cement, kruszywa, oleje, paliwa i lepiszcza

24

budynki trzeba będzie rozebrać przed przystąpieniem do zasadniczej budowy. To zarówno większe obiekty, np. magazyn przy Młyńskiej, jak również mniejsze, jak szaleć przy Gazowej

22 000

tylę ton ziemi trzeba będzie wywieźć ciężarówkami z placu budowy podczas wykonywania wykopów pod nowe obiekty

100

metrów sześciennych miesięcznie – to spodziewane zużycie wody na terenie budowy. Wlicza się w to zarówno woda do celów bytowych, jak również ta zużywana do zwilżania betonu, czy opłukiwania kół ciężarówek wyjeżdżających z placu budowy

5

metrów poniżej obecnego poziomu terenu wykonana ma być betonowa płyta fundamentowa, na której posadowiony będzie dworzec

2,6

metra pod poziomem terenu – już na tej głębokości budowniczowie mogą napotkać lustro wód gruntowych

174

samochody ma pomieścić podziemny parking pod nowym dworcem

2

wewnętrzne kubiki otulone szklaną oranżerią. Tak podzielona zostanie b r y ł a

nowego dworca. Jeden kubik będzie pełnił funkcję pasażerską, zaś drugi administracyjną.

– To, że dworzec będzie się składał z dwóch brył: wewnętrznej i zewnętrznej, z jednej strony wzmocni walor estetyczny, z drugiej przyczyni się do obniżenia zapotrzebowania energetycznego – podkreśla Katarzyna Duma. – Jedna ze ścian będzie zaprojektowana w formie „zielonej ściany”, natomiast pomieszczenia wewnątrz budynku będą oddzielone od hali przeszkleciem

9 564

sadzonki roślin mają być użyte do stworzenia zielonej ściany zewnętrznej. Ściana będzie zbudowana z zamocowanych w specjalnej konstrukcji aluminiowych koszy wypełnionych chłonnym wodę a zarazem wodoodpornym substratem. Do koszy trafi pięć gatunków krzewów (trzmieliny, mahonie, irgi i derenie), ponadto byliny (funkia, liriopie, brunnera), ponad 1 2 0 0



w Lublinie: jaki będzie?

ul. Gazową i Młyńską. Równocześnie przebudowane mają być okoliczne ulice i pl. Dworcowy. Urząd Miasta szuka już firmy, sprawdziliśmy, jak wygląda ona w liczbach

paproci (narecznice i zanokcice) i ponad 1200 pnączy (przywarki i bluszcze). Spora część roślin to gatunki zimozielone, czyli takie, które nie gubią liści na zimę

30

to szacunkowa, zapisana w projekcie liczba pracowników dworca. Na tyle osób przewidziano służbową szatnię

43

stanowiska odjazdowe dla autobusów komunikacji zamiejskiej mają się znaleźć na zadaszonych peronach. Przewidziano również przystanki komunikacji miejskiej oraz ładowarki dla miejskich au-

tobusów zasilanych energią elektryczną

16

miejsz dla taksówek ma powstać na odnowionym pl. Dworcowym, zaś kolejnych 6 przed wejściem do Dworca Głównego PKP

11,85

metra to mierzona od poziomu terenu wysokość dworca. Część jego dachu będzie tarasem widokowym z alejkami spacerowymi wśród zieleni, placem ze stolikami, placem zabaw dla dzieci oraz strefą relaksu przy sztucznej sadzawce

6 984

sadzonki roślin ma być posadzonych na zielonym dachu. Wśród nich znajdą się krzewy (derenie białe, kaliny koralowe, róże pomarszczone), krzewinki (szczodrzeńce, macierzanki piaskowe, macierzanki wczesne), 1290 ozdobnych traw (rozplenic japońskich) oraz byliny (głowienki pospolite i wielkokwiatowe, zawciagi nadmorskie oraz nasze pospolite krwawniki). Całość uzupełniona ma być uzupełniona wysianiem roślin łąkowych (samy traw ma być ponad 40 odmian) oraz ziół i rozchodników.

100

m sześć. wody pomieszczą łącznie dwa równe zbiorniki, na spływającą z dachu deszczówkę. Jeden zasili spłuczki, woda z drugiego ma być użyta do podlewania zieleni.

70

m sześć. ścieków ma być odprowadzanych w ciągu doby z budynku dworca wraz z podziemnym parkingiem

15 400

metrów sześciennych to kubatura pomieszczeń, które będą ogrzewane z miejskiej sieci ciepłowniczej. W projekcie jest też kotłownia gazowa

423,8

kW to moc planowanego agregatu prądotwórczego, który ma zapewnić zasilanie dworca w przypadku przerwy w zasilaniu z sieci energetycznej

90

sekund, nie później. To czas, w którym czujniki powinny wyszcząć alarm w przypadku pożaru

144

sekundy ma zająć w ciągu nocy dojazd wozu strażackiego od bramy jednostki przy ul. Szczerbowskiego do planowanego dworca autobusowego

654

sekundy to założony czas, jaki minie pomiędzy wystąpieniem pożaru w podziemnym parkingu a rozpoczęciem gaszenia pożarów, wliczając w to czas potrzebny na zadziałanie czujek, przekazanie sygnału, wysłanie wozu strażackiego i podłączenie węża do hydrantów

4

minuty to maksymalny czas ewakuacji ludzi w przypadku pożaru

60

miejsz parkingowych ma się znajdować na przebudowanej ul. 1 Maja



Walka i satysfakcja

Gdy wchodzisz do ringu, to głowa jest najważniejsza. Dużo najlepszych zawodników powtarza, że przygotowanie fizyczne to tylko mała część. Jeżeli wiesz czego chcesz, jesteś nastawiony na wygraną, możesz zwyciężyć z dużo lepszym pod względem fizycznym przeciwnikiem - **ROZMOWA** z Łukaszem Bartnikiem, trenerem muay thai klubu sportowego Fight Gym Lublin



Dominika Tworek

• **Sportów walki jest wiele. Ty trenujesz akurat muay thai. Dlaczego?**

- Trenuję muay thai i jego pochodną, czyli kick-boxing. Startuję głównie w formule K1 związanej właśnie z kick-boxingiem. Próbowałem też samego boksu i brazylijskiego ju-jitsu. Zacząłem trenować muay thai, bo miałem blisko na treningi. Mój tata też boksował i w dzieciństwie oglądałem z nim różne filmy związane ze sztukami walki, na przykład te z Van Dammem. Tak zaczęła się moja fascynacja.

• **A co najbardziej urzeka cię właśnie w muay thai?**

- Muay thai jest o tyle fascynującym sportem, że oprócz uderzeń bokerskich, można również kopać czy w bardzo bliskim dystansie zaskoczyć przeciwnika krótkim uderzeniem z łokcia czy kolana. Jest też tajski kłincz, z którego różne elementy przydają się w walce na ulicy, czy w walce na zasadach K1.

• **W zawodach startujesz o 7 lat. Jak masz osiągnięcia w tym polu?**

- Pierwszy tytuł - Puchar Polski w Low Kicku - zdobyłem 4 lata temu, przez co pojechałem na Mistrzostwa Świata w formule Low Kick. Tam przegrałem walkę o wejście do półfinału: zjadła mnie trema, nie byłem wtedy doświadczonym zawodni-

kiem. Na swoim koncie mam również Wicemistrzostwo Polski w K1, które jest dla mnie wielkim trofeum.

Dostałem tam nagrodę za jednego z najlepszych zawodników na turnieju, przy okazji dostałem kontrakt z DSF Kickboxing Challenge na 4 walki. Pierwszą swoją zawodową walkę wygrałem przez nokaut: to moje kolejne osiągnięcie, pomimo że nie jest to tytuł, to jestem z tego dumny. Zdobyłem też Mistrzostwo Polski w Akademickich Mistrzostwach Polski w Kickboxingu w formule Kick - Light. Potem zrobiłem sobie dwa miesiące przerwy, ponieważ byłem zmęczony presją utrzymywaną przez dwa lata walk.

• **Wspomniałeś o swojej porażce na Mistrzostwach Świata. Co się czuje przegrywając? Rozczarowanie? A może motywację do kolejnych walk?**

- Zależnie od tego, jaka to jest porażka i jak poważnie się to traktuje. Niektórzy podchodzą do tego jako do sportu, a dla innych jest to całe życie. Z niektórych porażek wychodziłem zmotywowany. Jak przegrałem z Maksymilianem Bratkowiczem (ówczesnym posiadaczem pasa zawodowego DSF Kickboxing Challenge - przyp. aut.) w walce o tytuł Mistrza Polski, cieszyłem

Walki wymagają ode mnie dużo emocjonalnego zaangażowania i psychicznego wysiłku, ponieważ traktuję je osobiście: chciałbym zawsze wygrać - mówi Łukasz Bartnik, trener muay thai klubu sportowego Fight Gym Lublin

FOT. DOMINIKA TWOREK

się, bo wszedłem na pewien pułap. Choć nie wygrałem, byłem zadowolony ze swoich osiągnięć. To mnie zmotywowało do dalszej pracy. Natomiast czy na Mistrzostwach Świata czy na Pucharze Polski zostałem znokautowany. W takich sytuacjach traciłem wiarę w siebie; odbierało mi to spokój. To, jak kto sobie radzi, to kwestia wewnętrznej walki każdego z osobna. Jeden się załamie, a drugi na chwilę się zdoła, aby potem podwójnie się zmotywować.

• **Jakie cechy powinien posiadać dobry zawodnik?**

- Ważna, a zarazem bardzo trudna, jest umiejętność panowania nad sobą. Często wszystko chcemy zrobić na pełnej sile, pełnej szybkości - mamy swoją nieposkromioną ambicję, która z jednej strony pomaga, ale z drugiej - jeśli chcemy wykonać coś najlepiej - powinniśmy być opanowani i spokojni.

Tak jest również w codziennym życiu. Jeśli robimy coś w nerwach, to zapominamy o pewnych rzeczach, rozstrajamy się. Ważna jest też determinacja i wytrwałość. Po usłyszanych słowach „zawalczyłeś słabo” można albo zacząć się zamartwiać (co często skutkuje rezygnacją), albo dalej robić swoje.

• **Co ciebie motywuje? Bo na pewno masz dni, kiedy nic ci nie wychodzi lub zwyczajnie ci się chce.**

- Ostatnio zmotywowało mnie to, że przez długi czas nie robiłem tego, co kocham. Walki wymagają ode mnie dużo emocjonalnego zaangażowania i psychicznego wysiłku, ponieważ traktuję je osobiście: chciałbym zawsze wygrać. Przez to nawet najmniejszy występ jest dla mnie stresujący. Ale jestem wojownikiem. Motywuje mnie mój wewnętrzny głos, który każe mi iść w tę stronę, mimo, że jest ciężko, bo gdy zwyciężasz, to się cieszysz, ale kiedy ci nie wychodzi, a tobie bardzo na tym zależy, to automatycznie się dołujesz. Ale ważne jest, by znaleźć na to swój sposób i cały czas przypominać sobie dlaczego się to robi oraz że te trudności będą, a czasem wystarczy je po prostu prze-trwać.

• **A jak to jest być trenerem, czyli przekazywać innym swoje umiejętności?**

- Z tego czerpię największą satysfakcję, chociaż jest to dosyć wyczerpujące, ponieważ dla każdego trzeba mieć dużo empatii i uśmiechu oraz mnóstwo wyrozumiałości i cierpliwości, bo jeśli się kogoś zrazi, ta osoba może nie wrócić do sportu. To wymaga zakładania pewnej maski ciągłego uśmiechu. Mimo tego, że mnie też czasem irytuje, że komuś nie wychodzi, muszę być wyrozumiałą osobą, która poprowadzi tę osobę do momentu aż jej wyjdzie.

Wiem, że to jest długi proces, więc czekam.

• **Dlaczego warto trenować sztukę walki?**

- Ponieważ mimo trenowania sfery fizycznej, rozwija się także sferę psychiczną czy duchową, poznaje samego siebie. To pomaga w pokonywaniu różnych innych trudności w życiu. Gdy wchodzisz do ringu, to głowa jest najważniejsza. Dużo najlepszych zawodników powtarza, że przygotowanie fizyczne to tylko mała część.

• **Mieszkańcy Tajlandii są mistrzami w opanowaniu.**

- Mają pogodę ducha, potrafią cieszyć się z tego, co mają, co poniekąd bierze się z tego, że nie porównują się

do innych. Tu trudna sztuka: wyjść na ring, być na środku i być może obnażać swoje słabości.

• **Brałeś udział w seminariach z mistrzami świata. Co dają takie spotkania?**

- To zależy od charakteru zawodnika; co sobą reprezentuje. Niektórzy mają agresywny styl, a inni są duchowymi wojownikami. Na przykład białoruski zawodnik Andrej Kulebin zaimponował mi nie tylko umiejętnościami, ale samym podejściem do ludzi: miał w sobie dużo spokoju i opanowania. Bardzo spodobał mi się jego tekst, że gwiazdy to on strąca łokciami, co oznaczało, że nie ma osób, których nie można pokonać. Takie seminarium wprowadza świeżość, jeśli chodzi o techniki u zawodników, bo każdy ma własne. Poza tym, jeżeli przyjeżdża jakiś dobry, ważny zawodnik, to zrzesza to też wszystkich, którzy trenują.

• **Jakieś rady dla początkujących?**

- Nie zrażać się, być zdeterminowanym i robić wszystko powoli, ostrożnie. Zawsze należy pamiętać, że jest możliwość popełniania błędów, a my powinniśmy się skupiać i je poprawiać, a nie robić wszystko jak najszybciej. Niezbędna jest tu także pokora.

Przedsiębiorcy mają we mnie sprzymierzeńca

Tylko w minionym roku kalendarzowym do Biura Rzecznika MŚP w Warszawie i czterech naszych biur terenowych wpłynęło łącznie 2336 spraw - **ROZMOWA** z Adamem Abramowiczem, Rzecznikiem Małych i Średnich Przedsiębiorców

Wojciech Zakrzewski

• Konstytucja Biznesu obowiązuje od ponad dwu lat, od półtora roku Rzecznik MŚP stoi na straży zapisanych w niej zasad, a do Biura Rzecznika wciąż płyną wnioski od przedsiębiorców o interwencje w sprawach, których praktycznie powinno już nie być. Mówię o opisywanych na waszym profilu oraz w mediach przypadkach instrumentalnego nadużywania przez urzędników uprawnień do kontroli.

- Chętnie przypomnę kilka naszych interwencji, w których powołanie się na Konstytucję Biznesu odniosło pozytywny skutek. Pani Agnieszka najpierw musiała udowodniać, że od siedmiu lat prowadzi działalność gospodarczą, składając stos dokumentów, a gdy to udowodniła, ZUS wykorzystał te dokumenty żeby zakwestionować jej prawo do zasiłków chorobowych. Inna, ale równie kuriozalna sytuacja: ZUS zakwestionował L4 przedsiębiorcy, bo gdy przebywał on na zwolnieniu, na jego konto wpłynęły pieniądze od kontrahenta. Kolejne nadużycie: z powodu usterki w urządzeniu nawigacyjnym, za którego sprawność odpowiadała zewnętrzna firma, ofiarą systemu SENT omal nie został niewinny przewoźnik, bo organ skarbowy wykorzystywał nadane mu ustawą uprawnienia w celach profiskalnych, zamiast do walki z mafią paliwową i szarą strefą. A kilka ton ryb omal nie wylądowało w zakładzie utylizacyjnym, bo kontrolujący dopatrzili się, że pojedyncze sztuki nie mają parametrów zapisanych w liście przewozowym.

• Iloma sprawami zajmowało się Biuro Rzecznika MŚP?

- Mógłbym wymieniać dalej, bo tylko w minionym roku kalendarzowym do Biura Rzecznika MŚP w Warszawie i czterech naszych biur terenowych wpłynęło łącznie 2336 spraw.

Niestety, znacznie łatwiej ustanowić prawo, niż nakłonić do jego powszechnego stosowania.

Dlatego na liście priorytetowych zadań Rzecznika na kolejny rok jest doprowadzenie do opracowania przejrzystego

i jednolitego dla wszystkich organów administracji systemu odpowiedzialności, dyscyplinowania i karania urzędników za przekraczanie uprawnień na płaszczyźnie urzęd - przedsiębiorca. Nie stworzymy przyjaznych warunków dla biznesu, dopóki postępujący wbrew prawu urzędnik będzie pozostawał bezkarny, bo jego ostateczny osąd leży w gestii komisji dyscyplinarnej, czy innego ciała kolegiального, w którym zasiadają inni urzędnicy.

Zdaję też sobie sprawę z tego, że w wielu przypadkach nękanie przedsiębiorcy może być skutkiem urzędniczej nadgorliwości, złe pojmowanej lojalności, ale też strachu przed zwierzchnikami. Tu sygnał do zmiany mentalności musi wyjść przede wszystkim z centrali urzędów i resortowych ministerstw. Żeby urzędnicy nie bali się podejmować decyzji w duchu Konstytucji Biznesu, a więc w oparciu o domniemanie uczciwości - jako Rzecznik proponuję powołanie rady odwoławczej z udziałem przedstawicieli przedsiębiorców przy Ministerstwie Finansów z uprawnieniami do rekomendowania zamknięcia postępowania w sprawie na decyzji tej instancji, która wyda pozytywną dla przedsiębiorcy decyzję.

Żeby nie dochodziło do sytuacji sprzed kilkunastu dni, gdy po rozstrzygnięciu sądu, który uchylił decyzję ZUS, dzieląc opinię Rzecznika o naruszeniu zasad Konstytucji Biznesu, rzecznik ZUS ogłasza w mediach, że nie wyklucza możliwości odwołania od wyroku. Szkoda na to czasu, pieniędzy i nerwów.

• Postuluje pan wprowadzenie minimalnego wynagrodzenia dla powiatów. Ale już widzę kolejki przedsiębiorców, którzy przerejestrowują działalność do powiatu włodawskiego, gdzie średnia płaca należy do najniższych w kraju, a minimalna miałaby



stanowić jej połowę. Czy zważywszy na kontrowersyjność pomysłu w odbiorze społecznym, nie byłoby lepiej zawalczyć o wyłączenie sektora małych i średnich przedsiębiorców spod ustawy o minimalnej płacy i stawki godzinowej? Choćby etapami, zaczynając od małych przedsiębiorstw. Tak, jak robi to pan w przypadku ryczałtowego ZUS, by ostatecznie doprowadzić do sytuacji, w której ubezpieczenie dla przedsiębiorcy stanie się w Polsce dobrowolne.

- Kiedy rozpocząłem kruszenie systemu ryczałtowego ZUS, miałem wokół siebie tylu wrogów, co sceptyków, a najwięcej pukających się w czoło. Ale udało się. Najpierw wywalczyliśmy prawo do małego ZUS, teraz - po wprowadzeniu kryterium przychodów i dochodów z małego ZUS plus może skoryzować kilkaset tysięcy kolejnych przedsiębiorców. Przed

Sam pomysł różnicowania wysokości minimalnego wynagrodzenia w zależności od zarobków w powiatach już robi swoje, zwracając uwagę polityków na różnicowanie warunków prowadzenia przedsiębiorstw w różnych regionach Polski i pogłębiające się podziały na Polskę powiatową i metropolie - mówi Adam Abramowicz, Rzecznik Małych i Średnich Przedsiębiorców

FOT. WOJCIECH ZAKRZEWSKI

nami - w co wierzę - zniesienie kryterium przychodowego i objęcie tym systemem wszystkich przedsiębiorców. I będzie to wymierny sprawdzian, na ile politycy traktują serio deklaracje o wolności gospodarczej.

Podobnie jest z płacą minimalną. Utrzymanie jednolitej stawki w całym kraju skończy się masowym wyrejestrowywaniem firm i przechodzeniem do szarej strefy. Wtedy nie dość, że wzrośnie bezrobocie, to nie będzie dostatecznych wpływów do państwowej kasy, żeby utrzymać budżetówkę.

Sam pomysł różnicowania wysokości minimalnego wynagrodzenia w zależności od zarobków w powiatach już robi swoje, zwracając uwagę polityków na różnicowanie warunków prowadzenia przedsiębiorstw w różnych regionach Polski i pogłębiające się podziały na Polskę powiatową i metropolie. Z przeformowaniem naszej idei - naszej, bo pomysł zrodził się w Radzie Przedsiębiorców przy Rzeczniku MŚP, która reprezentuje już ponad 180 organizacji zrzeszających przedsiębiorców - nie będzie łatwo, ale próba wyłączenia spod ustawy małych firm spotka się z zarzutami ze strony samego śro-

dowiska biznesowego, jako działanie sprzeczne z ideą jednakowego traktowania i konkurencyjności.

• Już po roku funkcjonowania wnoszą pan o nowelizację Ustawy o Rzeczniku Małych i Średnich Przedsiębiorców w zakresie rozszerzenia kompetencji Rzecznika o organizowanie mediacji między przedsiębiorcą a organem administracji publicznej, dostęp do akt spraw będących w toku oraz o możliwość udziału - na wniosek przedsiębiorcy - w postępowaniach przed sądami w sprawach cywilnych z zakresu prawa pracy i ubezpieczeń społecznych. Nie obawia się pan, że Biuro Rzecznika MŚP zamieni się w stricte kancelarię adwokacką, ze szkodą dla innych zadań?

- Na wniosek przedsiębiorcy Rzecznik interweniuje wyłącznie w tych sprawach, gdzie zachodzi podejrzenie ignorowania przez organ administracyjny zasad Konstytucji Biznesu. Dlatego po otrzymaniu takiego wniosku dokonujemy najpierw rozpoznania, czy udział Rzecznika w postępowaniu będzie się mieścić w kompetencjach przewidzianych w Ustawie o Rzeczniku MŚP. Rzecznik nie stanowi konkurencji, ani nie zastępuje kancelarii adwokackich, ale - co istotne - może przystępować do postępowań przed sądami administracyjnymi na prawach prokuratora. To świadczy o randze Rzecznika w roli strażnika praw mikro-, małych i średnich przedsiębiorców.

Istotnie, wnioskowałem o nowelizację ustawy o Rzeczniku MŚP.

I przy naszym udziale Ministerstwo Przedsiębiorczości i Technologii przygotowało już projekt poszerzający katalog kompetencji Rzecznika, ponieważ upomina się o takie zmiany środowisko MŚP, co świadczy jednocześnie o tym, że przedsiębiorcy odnaleźli w Rzeczniku swego sprzymierzeńca i mają zaufanie do nowego urzędu.

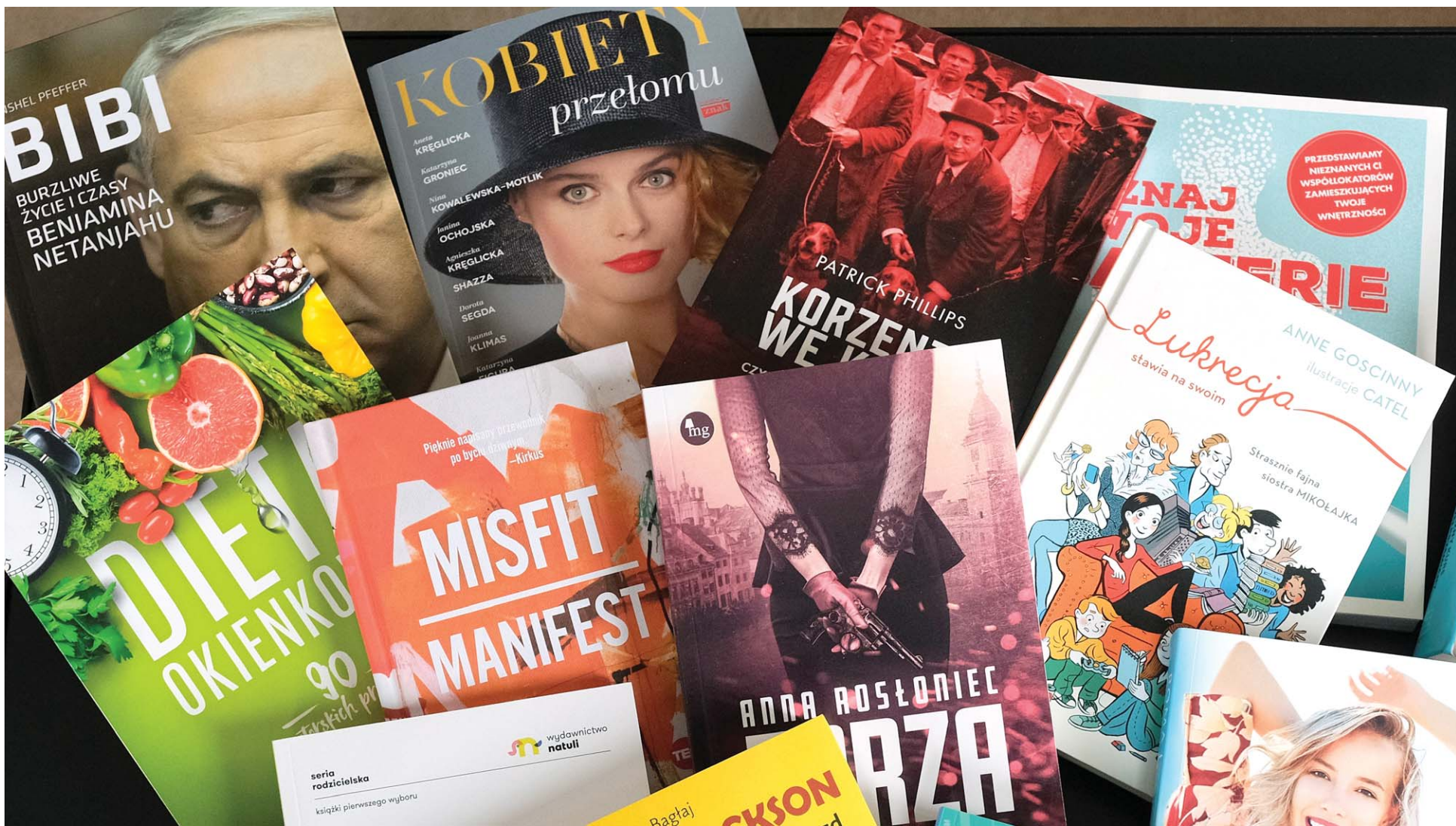
Z instytucją Rzecznika MŚP liczy się też strona rządowa. W jednym z wywiadów pani minister Jadwiga Emilewicz nazwała mnie frontmenem - niewygodnym, bo mówiącym trudne rzeczy, interweniującym i nagłaśniającym. I nie zamierzam się zmienić do końca kadencji na tym urzędzie, czyli przez kolejne cztery lata. Kiedy Mateusz Morawiecki powoływał mnie na stanowisko rzecznika dałem słowo, że wprowadzę Konstytucję Biznesu w życie i zrobię to.

TRIPOLITANA, DION OCTAN SICHY DOK TERA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Do czytania, do wygrania

UWAGA: Mamy dla Was po jednym egzemplarzu opisanych książek. Na telefony czekamy dziś o godzinie 13. Telefon: 81 46 26 800



FOT. MACIEJ KACZANOWSKI

Kobiety przełomu

W Polsce upada komunizm. Pojawiają się pierwsze supermarkety, nowoczesne reklamy telewizyjne i zachodnie rozrywki. Dla wielu kobiet praca zaczyna być szansą na samorealizację. Odnoszą w swoich dziedzinach spore sukcesy. Iwona Guzowska jako pierwsza kobieta w Polsce rozpoczyna zawodową karierę bokserką. Katarzyna Figura zostaje gwiazdą międzynarodowego formatu. W rytmie disco polo bawi się cała Polska, a Shazza staje się jego królową...

KATARZYNA JURKOWSKA I KATARZYNA KOŚCIELAK, „KOBIECY PRZEŁOMU”, WYD. ZNAK HORYZONT

Pate szuka skarbów

Ziemia jest twarda. Kamienie są twarde. Korzenie drzew są twarde. Łopata jest twarda i ciężka. Życie jest... fantastyczne, zwłaszcza gdy się jest tak dobrym w szukaniu skarbów jak Pate i ma się wspańskiego stryja, który na urodziny podarował Patemu prawdziwy skarb, no, prawie skarb: to wykrywacz metali, który pomoże mu znaleźć ten właściwy.

Ale dlaczego wuj przesyła Patemu i Tottiemu dodatkowo bilety do Japonii?

TIMO PARVELA I PASI PITKANEN, „PATE SZUKA SKARBÓW”, WYD. WIDNOKRRĄG

Korzenie we krwi

Reportaż Patricka Phillipa o czystkach etnicznych w hrabstwie Forsyth w stanie Georgia to wstrząsający dowód na to, jak głęboko sięgają korzenie przemocy na tle rasowym w Ameryce.

Na przełomie XIX i XX wieku w Forsyth mieszkała duża społeczność afroamerykańska, w skład której wchodziło między innymi nauczyciele, rolnicy, kupcy czy służący. Wielu z nich posiadało własne gospodarstwa i ziemie.

PATRICK PHILLIPS, „KORZENIE WE KRWI. CZYSTKI ETNICZNE W AMERYCE”, WYD. POST FACTUM

Kurs na miłość

Wojciech i Joanna, oboje po nieudanych związkach, spotykają się przypadkowo w gdyńskiej marinie. Spotkanie kończy się „gęsią skórka” u obojga, co staje się impulsem do umówienia się „za rok”, a wreszcie do odbycia wspólnego, półrocznego rejsu.

Gdy w dalekich portach i na morzu będą odkrywać swoje pasje i charaktery, ich wzajemna ekscytacja wzrośnie. Los jednak sprawi, że podróż jachtem dla Joanny potrwa tylko miesiąc.

ROMA J. FISZER, „KURS NA MIŁOŚĆ”, WYD. EDIPRESSE KOLEKCJE

Zorza

Styczeń 1939 roku. Zorza, agentka polskiego wywiadu dostaje zadanie przetransportowania ściśle tajnej, śmiertelnej broni chemicznej o kryptonimie S-10. Akcja przybiera niespodziewany obrót, a Zorza i walizka z bronią giną bez śladu. Wszystko wskazuje na to, że wykradła broń dla Sowietów.

Styczeń 2017 roku. Historyk, Piotr Wilczyński, zbierając materiały do książki trafia na ślady świadczące o tym,

że największa zdrada w historii polskiego wywiadu nie była tym, czym sądzono.

ANNA ROSŁONIEC, „ZORZA”, WYDAWNICTWO MG

Misfit manifest

Misfit to ktoś niedopasowany, nieprzystosowany. Dziwak, odmienniec, ekscentryk... To wstydlive określenia, którymi nikt z własnej woli by się nie opisał. Do teraz. Książka to manifest, który stanowi mocny argument za niedopasowaniem, prowadzący do uznania piękna i trudności w wykonywaniu własnej, oryginalnej ścieżki.

LIDIA YUKNAVITCH, „MISFIT MANIFEST”, WYD. RELACJA

Poznaj swoje bakterie

Dzięki tej książce poznasz mikroskopijnych współlokatorów twojego ciała oraz dowiesz się, jaką rolę w nim odgrywają. Zwykle nieodczuwalne do prawidłowego funkcjonowania naszego organizmu, czasem niestety szkodliwe, mikroorganizmy są zawsze intruzujące.

NICOLA TEMPLE I CATHERINE WHITLOCK, „POZNAJ SWOJE BAKTERIE”, WYD. INSIGNIS

Lukrecja stawia na swoim

Cześć, to ja, Lulu! Podobno weszłam w „trudny wiek”. Wiecie, co to znaczy? Ja też nie. Ale ostatnio moja mama zaczęła mnie strasznie denerwować. Znaczenie? Z moimi przyjaciółkami Karoliną, Aliną i Pauliną też czasem się pokłóć, ale nigdy nie trwa to długo. Nie

umiemy się do siebie nie odzywać - jesteśmy na to zbyt gadatliwi!

ANNE GOSCINNY I CATEL, „LUKRECJA STAWIA NA SWOIM”, WYD. ZWIERCIADŁO

Kody podświadomości

Autorka przekonuje, że życie zależy od tego jakie podejmujesz decyzje. Decyzje zależą od tego jak postrzegasz siebie, życie i świat, co z kolei zależy od podświadomych przekonań będących wewnętrznym programem wgrany w dzieciństwie. To twoje życiowe kody. Czasami sprawiają one, że ma się poczucie, że nie masz prawa do szczęścia i jesteś gorszy. Jeśli chcesz wreszcie stanąć na nogi i uwierzyć w siebie, ta książka jest dla ciebie. To jest praktyczny kurs życiowej przemiany, który pomaga zmienić podświadomy życiowy program i wgrać w jego miejsce nowe kody.

BEATA PAWLKOWSKA, „KODY PODŚWIADOMOŚCI”, WYD. EDIPRESSE KOLEKCJE

Bibi. Burzliwe życie i czasy Beniamina Netanjahu

Reporterska opowieść o najbardziej kontrowersyjnym prawniczym premierze w dziejach Izraela, która jest próbą odpowiedzi na pytanie o fenomen tego polityka: źródła jego sukcesu politycznego, zdolności przetrwania (funkcję premiera sprawuje już po raz czwarty) oraz skutecznego balansowania w niezwykle podzielonym wewnętrznym państwie.

Ale nie jest to wyłącznie biografia polityczna.

ANSHEL PFEFFER, „BIBI. BURZLIWE ŻYCIE I CZASY BENIAMINA NETANJAHU”, WYD. POST FACTUM

Karmienie piersią

Pierwsza książka dla karmiących mam wyposażająca je w wiedzę na temat tego, jak od strony praktycznej (fizjologicznej) oraz teoretycznej wygląda karmienie piersią oraz przywracająca rodzicom wiarę w ich kompetencje, w to, że nikt nie jest lepszym ekspertem od ich dziecka, niż oni sami.

Przyjęcie tego, co proponuje autorka: wiary w siebie, w mądrość swojego ciała oraz w wewnętrzną siłę otworzy drogę do zrealizowania własnych, niezależnych celów i podjęcia właściwych wyborów. W tym o długości karmienia piersią.

MAGDA KARMIENTA, „KARMIENTE PIERSIĄ”, WYD. WYDAWNICTWO NATULI

Poród naturalny

Książka, która pozwala zrozumieć to, jak rodzi się dziecko i co dzieje się z ciałem kobiety w trakcie porodu. Umożliwia świadome przygotowanie siebie, partnera oraz środowiska, w którym będziesz rodzić.

Autorka wyjaśnia, jak przebiegają kolejne etapy porodu (sterowane naturalnymi mechanizmami fizjologicznymi matki i dziecka), jak realnie wpływać na przebieg porodu, kiedy i kogo prosić o wsparcie oraz dlaczego świadome

przygotowanie do porodu jest ważne.

KATARZYNA OLEŚ, „PORÓD NATURALNY”, WYD. NATULI

Zgodnie z planem

Jakc Reacher jak zwykle podróżuje autobusem. Przerzywa jednak podróż, by pomóc starszemu mężczyźnie, który pozostawiony samemu sobie bez wątpienia padłby ofiarą przestępstwa.

Okazuje się, że para starszych ludzi popełniła kilka poważnych błędów: w ich wyniku jest dłużna spore pieniądze grupie niebezpiecznych ludzi. Reacher szybko orientuje się, że właśnie stał się wrogiem numer jeden dwóch walczących o terytorium gangów - ukraińskiego i albańskiego.

LEE CHILD, „ZGODNIE Z PLANEM”, WYD. ALBATROS

Trzynaście

Byli gwiazdami. Jedną z najbardziej wpływowych par Hollywood. Mieli świat u swych stóp. Teraz ona nie żyje, on jest oskarżony o morderstwo, a wszyscy czekają na debuty proces stulecia! Dowody wskazują na ewidentną winę Roberta: aktor zamordował żonę i jej kochankę, chociaż uparcie twierdzi, że nie miał z tym nic wspólnego. Coś niepokojącego dzieje się jednak w ławie przysięgłych...

Uporczywie nasuwa mu się pytanie: A co jeżeli Robert nie jest jedynym aktorem na sali sądowej? Co, jeśli zabójca wcale nie siedzi na ławie oskarżonych?

STEVE CAVANAGH, „TRZYNAŚCIE”, WYD. ALBATROS (ASK)

BIZNES I FINANSE

POŻYCZKA gotówkowa, Lublin, Tel 81 534 90 70 RRSO 32,01 %

032220L01.A

HANDEL

SKUPUJEMY motocykle, antyki, starocie, pamiątki z PRL 698693846.

026320L01.A

SPRZEDAŻ

GARAŻE blaszane wzmocnione, bramy garażowe, kojce dla psów. Transport, montaż gratis - cały kraj, raty! www.konstal-garaze.pl, tel. 604-397-105, 81/440-51-08, 84/539-81-91.

036020L01.A

NAPRAWY

TELEWIZORY, magnetowidy, wieże, anteny stelitarnie, instalacje antenowe, darmowa telewizja cyfrowa, kamery i aparaty cyfrowe. Dojazd gratis, gwarancja, solinie, tanio. Tel. 81/740-42-82, 601-237-374.

235919L01.A

NIERUCHOMOŚCI**DZIAŁKI**

SPRZEDAM działkę budowlaną 1000 mkw, Osmolice I, tel. 603073944

043820L01.A

SPRZEDAM działkę (13,8 a i 10,6 a) Lublin, ul. Ziołowa, warunki zabudowy, media do podłączenia. Tel. 796 370 303.

027620L01.A

PRACA

FIRMA Radpol poszukuje

044739L01.A

pracowników na stanowisko operator maszyn. Praca w Kolonii Prawiedniki. Kontakt +48 59 300 3112

039420L01.A

PRZEDSIĘBIORSTWO

Energetyki Ciepłej w Lubartowie Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością ogłasza nabór na stanowisko Kierownika ds. remontów i pogotowia ciepłowniczego w Spółce. Szczegółowe informacje zawarte są na stronie internetowej: www.pec.lubartow.pl

028820L01.A

DIAGNOSTĘ laboratoryjnego z uprawnieniami serologicznymi zatrudni SP ZOZ w Hrubieszowie. Tel. 84/ 696-32-96.

040520L01.A

STOLARZ lub do przyuczenia, z zakwaterowaniem, Mirzec, tel.697418394.

026220L01.A

USŁUGI

DOCIEPLANIE BUDYNKÓW SZYBKO TANIO SOLIDNIE 502 053 214

002920L01.A

PRANIE PIERZA, WYRÓB KOŁDER I PODUSZEK Z PUCHU, PIERZA, ANILANY. RENOWACJA I PRZERÓBK PIERZYN. PIERZE OD KAŻDEGO KLIENTA CZYŚCIMY OSOBNO. LUBLIN, BURSAKI 15 A W GODZ. 10-16, TEL. 81/7472512, 661279497.

044739L01.A

BUDOWLANE

MALOWANIE, mycie elewacji. Tel. 601-77-33-26.

020320L01.A

HYDRAULIKA, gaz, glazura, elektryka. Remonty kompleksowo-wykończeniowe, adaptacja pomieszczeń, płyty g-k, usługi z dofinansowania przez PEFRON za pośrednictwem MOPR, tel. 501-035-412.

019920L01.A

DOCIEPLENIA budynków, elewacje - kompleksowo, tel. 506-123-602, 506-123-604.

036320L01.A

OKNA PVC, drzwi drewniane wewnętrzne, zewnętrzne. Sprzedaż, montaż. Tel. 601 77 33 26.

020320L01.B

ZDROWIE

EXPRESS-DENT stomatologia zachowawcza, protetyka, umowa z NFZ; ul. Hipoteczna 2, tel. 81 743 62 60; ul. Staszica 8, tel. 81 534 62 60; ul. Staszica 12, tel. 81 534 62 70, www.express-dent.pl.

031520L01.A

APARATY SŁUCHOWE

APARATY SŁUCHOWE dobór, sprzedaż, serwis na miejscu, refundacje, wizyty domowe, raty, **FIRMA MEDIKA JERZY KAPITAN, LUBLIN, ul. Nowowiejskiego 2a, LUBARTÓW, ul. Cicha 19, KRASNYSTAW, ul. Browarna 6, 81/473-54-01, 668-277-760**

247019L01.A

MOTORYZACJA

SPRZEDAM tanio mercedesy 815 i 15-18, stan dobry. Tel. 608-38-55-44.

041920L01.A

ZŁOMOWANIE i SKUP POJAZDÓW

- gwarantujemy konkurencyjne ceny
- płacimy gotówką
- pojazdy odbieramy własnym transportem
- wydajemy zaświadczenia o zezłomowaniu pojazdu
- prowadzimy sprzedaż części samochodowych

☎ **605 312 552**

ZŁOM-WTÓR

KRAŚNIK, ul. Kolejowa 58
tel. **81 8252206**
kom. **730 555 000**
kom. **607 368 909**
www.zlom-wtor.pl

p2710

MOTORYZACJA
Sprzedam/Kupię

www.dziennikwschodni.pl/oferta

bc1097

tel. 81 46 26 820 zamów swoje ogłoszenie drobne

Jak zamieścić reklamę w Dzienniku Wschodnim?

📍 Lublin, Krakowskie Przedmieście 54

☎ tel. 81 46 26 820

☎ fax. 81 46 26 801

Skontaktuj się z naszym przedstawicielem**| Agnieszka Brania**

agnieszka.brania@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 867

kom. 691 770 012

| Patrycja Dubicka

patrycja.kowalska@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 870

kom. 691 770 019

| Sylwia Karłowicz

sylwia.karłowicz@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 979

kom. 697 770 404

| Biuro Ogłoszeń

eliza.jakuszevska@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 820

kom. 691 770 393

Wyślij e-mail

reklama@dziennikwschodni.pl

**OBWIESZCZENIE
PREZYDENTA MIASTA LUBLIN**

w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11f ust. 3, 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2018 r., poz. 1474 ze zm.), oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2020 r., poz. 256),

zawiadamiam, że na wniosek złożony przez:

Prezydenta Miasta Lublin reprezentowanego przez Dyrektora Zarządu Dróg i Mostów w Lublinie zatwierdzono projekt budowlany i wydano decyzję nr 263/20 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej:

budowa planowanej drogi gminnej ul. Bernarda Wapowskiego w Lublinie na odcinku od skrzyżowania z ul. Jana Samsonowicza do skrzyżowania z ul. Ignacego Domeyki wraz z budową oświetlenia ulicznego, sieci kanalizacji deszczowej i budowie kanału technologicznego oraz zabezpieczeniem istniejących sieci elektroenergetycznej, teletechnicznej i gazowej na działkach:

1. W LINIACH ROZGRANICZAJĄCYCH INWESTYCJI

pod budowę planowanej drogi gminnej ul. Bernarda Wapowskiego	
obręb 0043 Wrotków	
ark. 28	3/11; 2/3
ark. 24	83/3, 90/2, 118/5, 124/1, 124/5, 126/1, 126/5

2. POZA LINIAMI ROZGRANICZAJĄCYMI TEREN INWESTYCJI

pod przebudowę innych dróg	
obręb 0043 Wrotków	
ark. 24	125/1

Z treścią decyzji Nr 263/20 z dnia 09 marca 2020 r., zapoznać się można w Wydziale Architektury Budownictwa Urzędu Miasta Lublin przy ul. Wieniawskiej 14 (X piętro, pok. 1000, tel. 81-466-22-41), w godzinach pracy Urzędu. W związku z powyższym informuję, że zgodnie z art. 49 Kodeksu postępowania administracyjnego, zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. od daty ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Lublin, na stronie internetowej Urzędu oraz w prasie lokalnej.

Stronom postępowania przysługuje prawo do wniesienia odwołania do Wojewody Lubelskiego za pośrednictwem Prezydenta Miasta Lublin, w terminie: dla wnioskodawcy 14 dni od dnia otrzymania decyzji, dla pozostałych stron 14 dni od dokonania zawiadomienia o jej wydaniu.

in924



NEKROLOGI KONDOLENCJE PODZIĘKOWANIA

na dzień następny
można zamawiać do 15.00

Wszystkie informacje
pod nr. tel. 81 46-26-820

lub
e-mail:
reklama@dziennikwschodni.pl

n1_w_2x4

c24089

Alfabet smaków i zapachów

Wielką rolę w odczuwaniu smaku gra zapach. W winie możemy odnaleźć zapach czekolady, mchu, owoców, powietrza po deszczu, skóry, skoszonej trawy. Jean Bos mówi, że zapachy są jak klocki, z których dobry kucharz może zbudować intrygujące danie. Oto wybór intrygujących zapachów, które unosiły się i unoszą nad miastem, a które są osnową kulinarnej mapy Lublina i regionu

Waldemar Sulisz

Na kulinarnej topografii miasta smak i zapach odgrywał i odgrywa istotną rolę. Poeta Józef Czechowicz pisał o zapachu płynącym z piekarni. Ten zapach ocalał. Kiedy stanąć rano w Zaułku Hartwiga, z pobliskiej piekarni płynie zapach cebularzy i świeżego chleba. Ale po południu Stare Miasto pachnie bajglami z Hades Szeroka, z kilku miejsc dobiega zapach pizzy, na Złotej pachnie świeżo zmieloną kawą. Jak to było kiedyś? Z dawnych relacji, wspomnień i pamiętników wybraliśmy podstawowy zestaw historycznych, literackich i gastronomicznych smaków i zapachów.

Cytryna i dereń, czosnek i słonina

W przedwojennych restauracjach Lublina podawano wykwintną zupę cytrynową na ostro i zupę z derenia na słodko. Dereniową wedle takiego przepisu:

„Proporcja np. na osobę 12. Wziąć półtorej kwarty suchego derenia, nalać tyle wody, aby dereń objęła, zagotowawszy leje się butelkę wina i dodaje funt cukru, nieco cynamonu, trochę skórki cytrynowej, wszystko to razem, gdy się zagotuje, należy odstawić i przetrzeć dobrze przez gęste sito, uważając, aby tylko sama łuska w nim została. Wydając gorącą do wazy, należy dodać grzanek, lub pianki z białek”

(„Kucharz dobrze usposobiony” ułożony przez Jana Sztytlera, Wilno 1830 rok)

Władysław Belina-Prażmowski, pierwszy ułan II Rzeczypospolitej mieszkał w Godziszowie i Janowie Lubelskim. Generał Bolesław Wieniawa-Długoszowski, adiutant Marszałka kochał dobrze zjeść. Sam Marszałek był w Lublinie kilka razy, tu mieszkał, uczęstniczył w rautach wydanych na jego cześć. Wszyscy musieli jeść choć raz słynną zupę ułańską.

Zupa ułańska wg Marii Dis-slowej.

SKŁADNIKI: 20 dag wędzonki, 6 dag słoniny, 2 cebule, 2 ząbki czosnku, szczypta papryki, 2 dag maki, 1/8 l. fasoli, 6 dag grubego makaronu, 1/4 l. śmietany, 1 l. rosółu, 2 parówki.

WYKONANIE: na pokrajaną i stopioną słoninę wrzucić posiekaną cebulę i dusić, aż zmięknie, dodać makę, rozarty czosnek, paprykę, podsmażyć, rozprowadzić

rosółem i gotować 1/2 godz. Przetrzeć przez sito i wlać resztę rosółu, włożyć do zupy ugotowaną fasolę i na gotującą wrzucić grubo pokrajany makaron domowy, gotować 10 min. Ugotowaną wędzonkę i parówki pokrajać w cząstki, wrzucić do zupy, wlać śmietanę i natychmiast podawać.

Herbata i mięta, imbir i rodzyнки

Wissotzky Tea Company powstała w 1849 roku. Założona w Moskwie jest jedną z najstarszych firm zajmujących się produkcją herbaty na świecie. W 1917 firma zaprzestała działalności w Rosji, a rodzina Wissotzky wyemigrowała do USA i Europy, otwierając oddziały we Włoszech i Polsce. Herbatę Wissotzky podawano przed wojną w najlepszych restauracjach w Lublinie. Dziś w jednej z restauracji możemy znów napić się legendarnej herbaty, w tym słynnej miętowej Nana.

Słynną zupę berdyczowską, doprawioną imbirem, cynamonem oraz miodem można zjeść dziś w restauracji w Lublinie. Zupa berdyczowska, zwana także berdyczowską Jankiela, gotuje się na wołowie, przypomina trochę węgierski bogracz, lubi zawierać także rodzyńki, pod sam koniec gotowania Jankiel doprawiał ją jeszcze konfiturą z czarnej porzeczki. Berdyczowską w krakowskim Arielu zjadał się Steven Spielberg. Wieść niesie, że berdyczowska ma pojawić się w nowej, żydowskiej knajpie na Starym Mieście w Lublinie.

Kobieta i marcepany, kreplach i kawior

Do dziś zachowała się w Lublinie elegancka winiarnia z czasów Unii Lubelskiej, klub towarzyski ozdobiony pikantnymi freskami. Bawili się tu poeci, literaci, artyści, bogaci mieszczaństwo i szlachta. Ciekawe, jakie przekąski podawano do wina? Może pudding migdałowy wedle przepisu samego Leonarda da Vinci? A może marcepany przeora z pobliskiego klasztoru?

SKŁADNIKI: 300 g słodkich migdałów, 300 gram cukru, 150 ml wody różanej, 2 opłatki cukiernicze o średnicy 22 cm.

WYKONANIE: migdały drobno zmielić z połową wody różanej. Dodać cukier (zostawić 2 łyżki). Wymieszać. Do blaszki o średnicy 22 cm włożyć jeden opłatek i skropić go wodą różaną. Masę wyłożyć na opłatek,



FOT. PIXABAY.COM

posypać resztą cukru, przykryć drugim opłatkiem, spryskać wodą różaną. Piec w temperaturze 130 stopni Celsjusza przez 50 minut, bacząc by opłatek się nie przyrumienił. Przed podaniem odczekać pół dnia.

(Andrea Ciucci, Paolo Sartor: „W kuchni ze świętymi”)

Król i piwo, lin, makaron i parmezan

Zygmunt August (bądź co bądź syn Włoszki, dla której podstawowym napojem

pozostawało wino) nakazał, by na ucztę, którą wydał 10 lipca 1545 roku w Knyszynie, przewidziano sześć litrów piwa na osobę.

Lin w sosie według średniowiecznego angielskiego traktatu kulinarnego „The Forme of Cury”, sporządzonego około 1390 przez mistrzów kuchni na dworze Ryszarda II.

„Weź lina i pokrój go w kawałki, po czym usmaż. Wymieszaj rodzyńki korynckie, wino i wodę, dodaj sultaneł,

mielonego imbiru, mielonych goździków, mielonego cynamonu i pieprzu. Połącz z rybą i podgotuj wraz z cukrem cypryjskim i solą, po czym podawaj”. Liny w śmietanie i nie tylko uwielbiała Ordonka.

„Dziwna rzecz, siedzę w pięknych Włoszech, a myślę wciąż o ogródku naleczowskim” - pisał do żony 4 kwietnia 1902 roku Stefan Żeromski. W słonecznej Italii sycił się słońcem, urodą krajobrazu i zapachem świe-

żych ryb. Cieszył go widok wiórek parmezanu topniejących w misce świeżo ugotowanego makaronu. Musiał pokochać Włochy, skoro bohaterowie jego dzieł kilkadziesiąt razy byli w Italii.

Piernik i karp, pierogi i kapusta

Karp w bulionie luteran-skim. Z Wrocławia. Ciekawe, czy jadał go Mikołaj Rej, który napisał wierszyk „Marcin Luter, doktor”.

SKŁADNIKI: 5 dzwonek karpia, 1 cebula, kawałek aromatycznego, ciemnego piernika, 300 ml ciemnego piwa, 500 ml bulionu, 3 łyżki soku z cytryny, 2 listki laurowe, sól, kilka ziaren pieprzu.

WYKONANIE: Dzwonka karpia lekko osolić, skropić cytryną, odstawić. Do garnka wlać piwo, bulion, dodać liście laurowe, pieprz, piernik, przepołowioną, upaloną cebulę. Gotować pół godziny pod przykryciem. Przeceździć. Dodać karpia, gotować do miękkości.

(Kuchnia Wrocławia. Przepisy dawne i współczesne)

Pulardy i indyczki, Wisła i węgorz wędzony

Podczas Zjazdu Higienicznego w Lublinie 28 września 1908 roku gościom na obiad podano: wódeczkę, kanapki, barszcz, bulion z pasztecikami, filety z sosem made-rowym, łososia na gorąco z sosem holenderskim, pulardy i indyczki, kompot i sałatki, kalafior, szparagi i groszek. Na deser były lody, kawa, herbata, wina francuskie, białe i czerwone. Zdrowo i higienicznie. (Marta Denys)

Lubelscy poeci i artyści często wyprawiali się do Kazimierza. Przodował w tym Józef Czechowicz, który włożył się po miasteczku z aparatem w rękę. Ciągnęło go do willi „Łopuszanka” i do pani Łopuskiej, która była zapaloną spiryską. - Znajdowała się w stałym kontakcie z zaświatem. W jej mieszkaniu odbywały się seanse z udziałem znanych mediów i hipnotyzerów - wspomina Konrad Bielski. Po seansach z wywoływaniem duchów artyści lądowali w restauracji hotelu „Berensa”. Choć w 1933 roku w Kazimierzu były trzy hotele, to Berens wygrywał znakomitą kuchnią opartą o ryby. W restauracji podawano węgorza z wody, z rusztu, po rybacku, w galarecie, marynowane i wędzone. Na ryby od Berensa przyjeżdżali artyści, wojskowi i politycy z całej Polski.